



Dr. Lillian Glass

# LIMBAJUL TRUPULUI ȘI MINCINOȘII

Cum să detectezi minciunile care ți se spun în fiecare zi



Dr. Lillian Glass

# LIMBAJUL TRUPULUI ȘI MINCINOȘII

Cum să detectezi minciunile  
care ți se spun în fiecare zi

Traducere de Mădălina Sofron

BOU BOM

POLIRUM  
2014



Dr. Lillian Glass, *The Body Language of Liars*  
© 2014 by Editura POLIROM, pentru ediția în limba română

[www.polirom.ro](http://www.polirom.ro)

Editura POLIROM

Iași, B-dul Carol I nr. 4; P.O. BOX 266, 700506  
București, Splaiul Unirii nr. 6, bl. B3A, sc. 1, et. 1;  
sector 4, 040031, O.P. 53, C.P. 15-728

ISBN ePub: 978-973-46-4556-5

ISBN PDF: 978-973-46-4557-2

ISBN print: 978-973-46-4288-5

Coperta: Radu Răileanu

Pe copertă: © poosan/Shutterstock.com

Această carte în format digital (e-book) este protejată prin copyright și este destinată exclusiv utilizării ei în scop privat pe dispozitivul de citire pe care a fost descărcată. Orice altă utilizare, incluzând împrumutul sau schimbul, reproducerea integrală sau parțială, multiplicarea, închirierea, punerea la dispoziția publică, inclusiv prin internet sau prin rețele de calculatoare, stocarea permanentă sau temporară pe dispozitive sau sisteme cu posibilitatea recuperării informației, altele decât cele pe care a fost descărcată, revânzarea sau comercializarea sub orice formă, precum și alte fapte similare săvârșite fără permisiunea scrisă a deținătorului copyrightului reprezintă o încălcare a legislației cu privire la protecția proprietății intelectuale și se pedepsesc penal și/sau civil în conformitate cu legile în vigoare.

Lectura eco - un supererou al lumii moderne!

Versiune digitală realizată în colaborare cu Libris.ro



DR. LILLIAN GLASS este un expert foarte respectat în domeniul analizei comportamentului, limbajului trupului și comunicării. În Statele Unite, apare frecvent la televiziune, în presă și pe Internet. Datorită expertizei sale, a fost invitată la posturi cunoscute de televiziune precum CNN, Fox News, MSNBC sau CNBC, participând la emisiunile *Entertainment Tonight*, *20/20*, *Good Morning America*, *Dr. Phil*, *Today Show* și multe altele. A susținut prelegeri despre limbajul trupului și minciună în cadrul mai multor departamente de poliție americane, dar și pentru FBI. Experiența autoarei este apreciată și în sfera legală, aceasta fiind consultant juridic, specialist în selectarea juraților și expert judiciar în domeniul analizei comportamentului și a vocii. Are o bogată experiență ca mediator, fiind absolventă a Straus Institute for Dispute Resolution din cadrul Pepperdine University School of Law. Este autoarea mai multor cărți, între care bestsellerul *Toxic People* (1997), *I Know What You're Thinking* (2003), *Toxic Men* (2012) și *The Body Language Advantage* (2012).

Lillian Glass își oferă serviciile publicului larg prin intermediul site-ului său [www.lillianguass.com](http://www.lillianguass.com), unde îi invită pe cei interesați să-i trimită fotografii și înregistrări video pentru a le analiza. Puteți afla mai multe despre dr. Glass și lucrările ei accesând site-ul [www.drillianguass.com](http://www.drillianguass.com).

Tuturor celor care au suferit un șoc, au avut probleme emoționale sau au fost răniți când au descoperit că o persoană în care aveau încredere deplină i-a mințit.

Fie ca paginile acestei cărți să vă ofere toate informațiile necesare pentru a-i identifica rapid și pentru a-i diferenția pe oamenii sinceri de cei prefăcuți, pe cei care vă spun adevărul de cei care vă mint.

Fie ca tot ce veți învăța din această carte să vă aducă liniște, mai puțin stres și mai multă încredere în viața dumneavoastră.

## Mulțumiri

Aș dori să le mulțumesc celor două muze dragi ale mele: Rosalee Glass („Miss Popularitate”), frumoasa, strălucita și charismatica mea mamă, și Annabella Glass, puiul meu de goldendoodle, o cățelușă scumpă, adorabilă și incredibil de isteată. Amândouă îmi aduc mereu zâmbetul pe buze și mă fac să văd partea plină a paharului. Vă sunt recunoscătoare pentru momentele distractive din pauzele de la scris.

De asemenea, aș dori să-i mulțumesc dragei mele Paula Munier, agentul meu literar; mulțumesc Career Press; mulțumiri lui Jennifer White de la Splash News și lui Mary Velasco de la Getty Images, pentru sprijinul acordat prin punerea la dispoziție a fotografiilor cu celebrități din această carte.

## Introducere

Oricui i se poate întâmpla să fie prostit, înșelat, păcălit sau pur și simplu mințit. Nu contează cât de inteligent, bătrân, bogat sau celebru este. Aproape oricine, într-un fel sau altul și într-un anumit moment al vieții sale, a fost victima unui mincinos, adică a unei persoane care i-a ascuns adevărul sau i-a oferit informații false. Dacă ați fost suficient de ghinionist să întâlniți pe cineva care v-a înșelat în afaceri, v-a stors de bani, v-a trădat răspândind neadevăruri despre dumneavoastră, v-a furat iubita sau iubitul, soțul sau soția, v-a tras pe sfoară pe Internet sau ați fost victima *catfishing*-ului, celălalt pretinzând că este altcineva, puteți sta liniștit, nu sunteți singurul. Lumea este plină de acest tip de oameni foarte toxici numiți mincinoși.

O mulțime de emoții puternice vă pot copleși când aflați că ați fost înșelat de cineva în care ați avut încredere, pe care l-ați iubit sau respectat. Vă puteți simți șocat, rănit, deprimat, trist sau furios, iar uneori puteți trăi toate aceste stări în același timp. Vă întrebați pe cine puteți să vă bizuiți cu adevărat sau vă puneți problema dacă veți mai putea avea vreodată încredere în cineva. Mai mult, aveți tendința de a vă îndoii de propria judecată. Uneori vă chinuiți întrebându-vă constant de ce nu ați văzut semnele minciunilor la timp.

Dar, vorbind la modul realist, cum ați fi putut vedea semnele dacă nu știați care sunt acestea?

Cum ați fi putut ști că soțul sau soția vă înșală, că un pretendent pe care l-ați cunoscut pe Internet e un prefăcut, că menajera vă fură sau că

bona vă neglijează copilul (ori, mai rău, îl agrează)? De unde puteați să știți că șeful v-a mințit când v-a lăudat performanțele, doar ca să vă concedieze a doua zi? Cum e posibil să fi știut că un coleg de birou vă vorbea de rău pe la spate sau că un angajat al dumneavoastră sustrăgea bani din încasări? Cum să vă fi dat seama că cea mai bună prietenă nu a fost sinceră când v-a spus că mariajul cu iubitul dumneavoastră cu probleme e o idee minunată? Ce semnale ați omis atunci când fiul dumneavoastră v-a jurat că nu a consumat niciodată droguri, doar ca să-i găsiți mai târziu rezervele de stupefiante ascunse sub pat?

Cum știți dacă puteți avea sau nu încredere în articolele din mass-media despre anumite persoane publice? Oare anumite cupluri de celebrități sunt cu adevărat îndrăgostite sau idilele lor sunt doar o strategie de relații publice? Cum puteți fi sigur că liderii politici vă spun adevărul sau că marii actori ai scenei politice mondiale nu vă mint?

Paul Ekman de la University of California din San Francisco, cercetător și pionier în studierea minciunii, a realizat un studiu în care a implicat 12.000 de oameni și a descoperit că doar puțin peste jumătate din aceștia au fost în stare să-și dea seama dacă cineva mințea. Prin urmare, probabilitatea de a fi capabil să descoperiți dacă cineva vă minte nu este foarte ridicată. Cu toate acestea, șansele pot crește considerabil când știți cum să descifrați anumite semnale care vă vor avertiza când cineva nu vă spune adevărul. Obiectivul pe care mi l-am propus cu această carte este să cresc această probabilitate. Vă voi învăța cum să aveți încredere în propriile instincte când intuiți că cineva vă minte. Mai precis, vă voi arăta cum să identificați semnalele unei posibile înșelătorii analizând limbajul trupului unei persoane, limbajul feței acesteia (expresii și mișcări), caracteristicile vocii și, în final, ale discursului său, adică modul în care formulează ceea ce spune și chiar ceea ce scrie pe Internet.

## Experiența mea profesională

În calitate de analist al limbajului trupului, am reușit să semnalez formele de înșelătorie ale persoanelor publice – politicieni, sportivi, lideri mondiali, celebrități și infractori care apar peste tot în mass-media. Mă dedic acestei activități de ani de zile. Am apărut frecvent la numeroase emisiuni ale posturilor de televiziune din America, precum: *20/20*, *Dr. Phil*, *Entertainment Tonight*, *ABC News*, *Good Morning America*, *CNN*, *The Today Show*, *The Insider*, *HLN*, *Discovery Channel*, *MSNBC* și altele, prea multe pentru a fi enumerate aici. Am participat de asemenea, ca expert în limbajul trupului, și la emisiunile *Dancing with the Stars* sau *Millionaire Matchmaker*.

În plus, apar cu regularitate în ziare, reviste și pe Internet, unde analizez dacă persoanele publice mint sau spun adevărul. Studiez cuplurile celebre și îmi dau seama dacă spun adevărul cu privire la relațiile lor sau le prezintă doar ca pe oportunități de promovare. De asemenea, examinez dacă politicienii sau liderii mondiali ne spun adevărul sau înșiră doar vorbe goale. Reprezentanți din mass-media îmi cer în mod constant să analizez limbajul trupului persoanelor implicate în cazuri penale răsunătoare și să le împărtășesc dacă suspiecții transmit semnale de înșelătorie sau spun adevărul. Mai mult, cercetez dacă celebritățile implicate în scandaluri publice umiltoare sunt sincere sau ne mint cu nerușinare.

Am apelat la cunoștințele mele în domeniul analizei limbajului trupului și pentru a oferi o serie de prelegeri organelor de poliție din Statele Unite și Canada, cu privire la modurile de detectare a înșelătoriei în timpul interogatoriilor. Însă cea mai mare realizare a mea a fost, probabil, invitația de a ține o conferință la sediul FBI despre modalitățile de identificare a semnalelor înșelătoriei.

Cea mai mare parte a muncii mele de depistare a înșelătoriei s-a desfășurată în domeniul legal, în care am ajutat avocații să selecteze informații relevante în timpul interogării martorilor și să traseze direcția cazurilor lor. De la analizarea înregistrărilor camerelor de supraveghere din timpul unei capturi de droguri sau a depozițiilor unor persoane implicate în cazuri de molestare de minori, hărțuire sexuală sau abuz și până la studierea mișcărilor suspectilor, reclamanților, pârâților și martorilor-cheie din timpul proceselor, am fost capabilă să identific situații specifice de posibile semnale de înșelătorie. În paginile acestei cărți am decis să vă împărtășesc și dumneavoastră tehnicile pe care le folosesc și în viața profesională. Mi-am propus să fac acest lucru pentru a vă da posibilitatea să-i identificați pe cei care mint și pe cei care spun adevărul doar privindu-le trupul și mimica feței, ascultându-le vocea și analizând ceea ce spun.

## Persoanele publice mincinoase

Semnalele tipice ale înșelătoriei se vor întipări permanent în creierul dumneavoastră pe măsură ce veți vedea fotografii reale ale unor persoane publice surprinse în timp ce *erau implicate în acte de înșelătorie*. Veți citi cuvintele pe care acestea le-au spus în timpul unor interviuri sau mărturii, ce vor contribui de asemenea la ilustrarea minciunilor lor. Veți fi capabil să remarcați anumite semnale ale limbajului corpului și al feței sau „povești” cărora nu le-ați dat atenție în trecut ori pe care le-ați ignorat. Totul va începe să capete sens când veți vedea aceste semnale emise *exact în momentul* în care persoanele respective au mințit.

Acum veți privi aceste fotografii cu alți ochi și dintr-o nouă perspectivă. De exemplu, veți remarca nuanțele expresiilor faciale și ale mișcărilor corporale ale fostului președinte al Statelor Unite, Bill Clinton, și veți înțelege mai bine semnalele înșelătoriei ce puteau fi observate în vocea sa în momentul în care și-a ridicat degetul și a declarat furios: „Nu am făcut sex cu acea femeie, domnișoara Lewinsky!”. Veți identifica semnalele înșelătoriei și la alți politicieni și chiar veți înțelege cum s-a dat de gol fostul candidat la președinția Statelor Unite, John Edwards, în timpul unui interviu pentru *Nightline*, la postul de televiziune ABC, când a mințit cu privire la paternitatea copilului pe care îl avea cu amanta sa, Rielle Hunter.

Veți descoperi momentul exact în care au mințit mai mulți criminali ce au ținut capul de afiș în mass-media, de la O.J. Simpson, Jerry Sandusky sau Scott și Drew Peterson până la escrocul financiar Bernard Madoff și alții asemenea lui. Veți învăța inclusiv cum să identificați tiparele de înșelătorie ale sociopatului, cel mai toxic dintre mincinoși, urmărind semnele distinctive și modul de operare ale unor criminali lipsiți de conștiință, precum Ted Bundy sau Charles Manson. Veți examina, de asemenea, limbajul corpului și al feței unor atleți mincinoși și căzuți în dizgrație, cum ar fi Lance Armstrong și Barry Bonds, precum și al unor vedete cu probleme, ca actrița și copilul sălbatic Lindsay Lohan. Privind fotografiile unor cupluri celebre, veți învăța cum să vă dați seama dacă o anumită relație trece prin momente dificile.

Chiar dacă două persoane celebre declară insistent în presă faptul că totul este în regulă în relația lor de cuplu, veți vedea foarte clar cum limbajul corpului și expresiile feței lor spun o poveste foarte diferită. Veți vedea fotografii care ilustrează limbajul corpului unor cupluri precum vedeta de *reality-show* Kim Kardashian și jucătorul de baschet Kris Humphries, actorii Tom Cruise și Katie Holmes, Ashton Kutcher și Demi Moore, jucătorul de golf Tiger Woods și manechinul Elin Nordegren,

cântăreața Katy Perry și actorul de comedie Russell Brand și veți identifica semnalele care anunțau despărțirea cu mult timp înainte ca aceasta să devină publică. Veți observa chiar și limbajul corporal al cântărețului Chris Brown și al iubitei lui, Rihanna, după ce aceștia s-au împăcat și au declarat că sunt fericiți împreună.

Vizualizarea momentului exact în care persoanele publice au arătat că mint, fie printr-o buză superioară transpirată, o privire piezișă, un maxilar încheștat, fie un cap aplecat sau un deget arătat acuzator, vă va permite să recunoașteți cu ușurință semnalele specifice ale minciunii la persoanele cu care locuiți, vă jucați sau lucrați.

## Ce așteptări să aveți de la această carte

Cartea de față este structurată în două părți. În prima parte veți afla prin ce stări emoționale treceți când oamenii vă mint și cât de important este să rămâneți vigilent în aceste momente dificile. Ulterior veți descoperi când și cum apare minciuna și chiar cum poate fi privită ca o parte semnificativă a dezvoltării umane normale. Veți vedea de ce mint animalele, copiii, adolescenții și adulții și ce fel de minciuni spun. Veți ajunge să înțelegeți cum atât minciunile nevinovate, cât și cele mai serioase pot avea o latură pozitivă și efecte benefice. Veți vedea și situația inversă, în care minciuna poate distruge vieți, pe măsură ce veți învăța să recunoașteți persoanele care obișnuiesc să mintă, care fac *catfishing* sau escrocii de pe Internet și chiar sociopații. Și, pentru că nu puteți vedea sau auzi pe cineva din mediul online, veți învăța să identificați semnalele unei posibile înșelătorii în ceea ce scriu oamenii pe Internet. Această secțiune a

cărții vă va dezvălui la ce anume să fiți atent când socializați sau dezvoltați afaceri online.

A doua parte a cărții vă va oferi profilul psihologic al unui mincinos. Veți vedea care este importanța contextului și a încrederii în propriile instincte, precum și a ascultării propriilor semnale de limbaj corporal, toate acestea ajutându-vă să vă dați seama dacă cineva vă minte. Veți învăța ce semnale să căutați în limbajul corpului unui mincinos, în expresiile faciale sau în vocea și în discursul acestuia. Practic, veți învăța cum să deveniți un detector de minciuni uman, pe măsură ce veți identifica semnele specifice ale înșelătoriei la nivelul corpului uman – cap, ochi, nas, gură, buze, maxilar, dinți, urechi, păr, piele, brațe, mâini, trunchi, postură, picioare și, în cele din urmă, labele picioarelor. Veți afla, de asemenea, cum să sesizați anumite caracteristici ale vocii, discursului și alegerii cuvintelor care ar putea da în vileag un mincinos. Veți descoperi chiar și cuvinte sau expresii-cheie și semnale ale comunicării pe care mincinoșii le folosesc frecvent, atât oral, cât și în scris. În plus, veți învăța cum să folosiți toate aceste tehnici pentru a-i recunoaște pe cei mai toxici dintre mincinoși – sociopații.

## Nu veți mai fi niciodată păcălit!

În ziua de azi, nu putem fi niciodată prea grijulii atunci când vine vorba de a ne da seama cine ne sunt prietenii sau dușmanii, cine este sincer și cine minte. Fie că e vorba de achiziționarea unei mașini, începerea unei afaceri riscante, succesul la locul de muncă, găsirea perechii potrivite, alegerea de a rămâne (sau nu) într-o căsnicie sau siguranța că nu aveți copii implicați în activități ilegale, nu aveți altă opțiune decât să fiți un

observator vigilant. Aveți nevoie să știți dacă persoanele publice, inclusiv politicienii pe care i-ați ales, vă spun adevărul sau vă vând gogoși. În plus, deoarece foarte multe din activitățile dumneavoastră legate de socializare sau de muncă au loc în mediul online, aveți un mare dezavantaj dacă nu puteți identifica semnalele mincinoșilor de pe Internet.

După ce veți citi această carte, nu veți mai spune niciodată lucruri precum: „nu m-am așteptat niciodată la asta”, „am fost înșelat”, „am fost tras pe sfoară” sau „cineva și-a bătut joc de mine”. Acum veți fi capabil să identificați din timp semnalele vizuale și auditive ale înșelătoriei, pentru a nu mai pica niciodată în plasa mincinoșilor.

## Partea I

# Întâlnirea cu mincinosul: cine minte și de ce?

În această parte a cărții veți afla ce au de spus diferite religii și culturi cu privire la minciună și în ce condiții este acceptabil să minți. Veți descoperi care este originea minciunii și cum poate face parte din dezvoltarea noastră normală. Veți afla de ce mint bebelușii, copiii, adolescenții, adulții și chiar animalele și ce fel de minciuni spun. Veți învăța despre consecințele emoționale ale minciunii și despre efectele asupra psihicului dumneavoastră atunci când sunteți mințit. Veți explora posibilele efecte pozitive ale minciunilor nevinovate și veți vedea cum înșelătoriile serioase pot distruge vieți. În cele din urmă veți afla cum să detectați escrocheriile de pe Internet, atât pe cele din zona activității profesionale, cât și pe cele legate de latura sentimentală.

## Capitolul 1

# Ce este minciuna?

A minți înseamnă a oferi informații false, cu bună știință, sau a evita adevărul. Cel mai puternic efect negativ al minciunii este distrugerea sau chiar pierderea de vieți umane. Din cauza minciunilor – sau chiar a unei singure minciuni – au fost invadate țări și au izbucnit războaie.

Aproape orice doctrină religioasă prezintă minciuna într-o lumină nefavorabilă. Vechiul Testament este plin de referiri cu privire la minciună și înșelătorie. Porunca a noua, „Să nu ridici mărturie mincinoasă împotriva aproapelui tău”, scoate în evidență faptul că a minți oamenii sau a spune minciuni despre ei este un păcat, în timp ce a șaptea poruncă spune: „Să nu fii desfrânat”, ceea ce înseamnă că nu trebuie să ne mințim sau să ne trădăm soțul sau soția. Putem citi, de asemenea, despre minciunile legate de bunurile materiale, cum ar fi banii sau obiectele pe care oamenii le râvnesc. În capitolul 19, versetul 11 din Cartea Leviticului apare mesajul: „Să nu furați, [...] și să nu înșele nimeni pe aproapele său”. Vechiul Testament se referă cu claritate la minciună în versetul 10 din Psalmul 62: „[...] căci s-a astupat gura celor ce grăiesc nedreptăți” sau în versetul 2 din Psalmul 119: „Doamne, izbăvește sufletul meu de buzele nedrepte și de limba vicleană!”. În mod similar, din capitolul 12, versetul 22 din Pildele sau Proverbele lui Solomon aflăm că „buzele cele grăitoare de minciună sunt urâciune înaintea Domnului”, iar în capitolul 8, versetele 44 și 45 din Evanghelia după Ioan se vorbește fără menajamente despre diavol, acesta fiind prezentat ca „mincinos și tatăl minciunii”. În Talmud se afirmă că Dumnezeu acceptă pocăința pentru toate păcatele din lume,

cu excepția unuia singur, și anume limba înveninată. Iar de trei ori pe zi, evreii care respectă tradiția își încheie rugăciunile silențioase și pline de devoțiune rugându-l pe Dumnezeu să le păzească limba de răutate și buzele de înșelătorie și să nu le permită să-i ia în seamă pe cei care îi ponegresc.

Credințele iudeo-creștine nu sunt singurele care preamăresc virtuțile adevărului și care menționează pericolele pe care le presupune minciuna. Prin al Patrulea Precept, budiștii își iau angajamentul de a se abține să vorbească neadevăruri, de a se păzi de falsitate și de a practica adevărul. În Dhammapada, o colecție de învățături ale lui Buddha, unul dintre texte spune că nu există rău pe care să nu îl poată face un mincinos care a încălcat legea adevărului și care este indiferent la lumea înconjurătoare. Textele sacre taoiste evidențiază importanța integrității, avertizând că gura nu trebuie să afirme ceea ce inima neagă. În mod similar, una dintre cărțile sfinte ale sikhismului, numită *Adi Granth*, își învață adeptii că necinstea în muncă sau minciuna aduc numai amărăciune în suflet.

De asemenea, mai sunt și cele 10 Yama sau Legi ale Înfrânării din religia hindusă. Cea de-a doua lege face referire la adevăr, la abținerea de la minciună și de la promisiuni deșarte și la rostirea de cuvinte sincere, binevoitoare, utile și necesare. Conform scripturilor hinduse, toate lucrurile sunt condiționate de cuvinte; vorbirea este rădăcina din care se nasc și se dezvoltă toate. Prin urmare, cel care spune cuvinte mincinoase este lipsit de onestitate în tot ceea ce face. Și Confucius tratează acest subiect în versetul 2:22 din *Analecte*, spunând că nu vede cu ce poate să fie folositor un om în care nu poți să ai încredere.

Minciuna, înșelăciunea, ipocrizia și mărturia falsă sunt interzise în religia islamică. Profetul Mahomed îi sfătuiește pe musulmani să fie integri și sinceri. Două versete remarcabile din Coran fac referire la minciună. În primul verset (2:42), mahomedanilor li se cere să nu îmbrace adevărul în minciună și să nu ascundă adevărul atunci când îl cunosc, în

timp ce în cel de-al doilea (45:7) clevetitorii păcătoși sunt ponegriți. Astfel, conform Coranului, musulmanii consideră că adevărul conduce la smerenie, iar prin smerenie se ajunge în Rai.

Deși toate religiile interzic sau cel puțin dau avertismente în legătură cu neadevărul și înșelătoria, există totuși unele situații în care minciuna este acceptată. Iudaismul și creștinismul, de exemplu, permit uneori credincioșilor să mintă cu scopul de a menține pacea sau de a nu aduce jigniri cuiva. Potrivit legilor iudaice, o persoană poate minți în anumite situații excepționale, de exemplu: când se urmărește alinarea cuiva, când adevărul poate cauza mari probleme propriiei persoane sau celor din jur, de dragul modestiei, pentru a nu părea arogant, în numele decenței, pentru a nu dezvălui adevărul despre lucruri prea intime și pentru apărarea proprietății. Într-adevăr, în Vechiul Testament sunt prezentate cel puțin două situații în care minciuna a avut efecte favorabile. În capitolul 1, versetele 15-21, din Exodul sau a doua carte a lui Moise, moașele evreice l-au mințit pe faraon, salvând astfel viața multor copii evrei. Cel de-al doilea exemplu poate fi găsit în capitolul 2, versetul 5, din Cartea lui Iosua, când Rahab minte pentru a le proteja pe cele două iscoade israelite.

În religia islamică, minciuna este permisă în trei situații: a) pentru salvarea propriiei vieți pe câmpul de luptă; b) pentru aplanarea unui conflict între mai multe persoane; c) pentru aplanarea unui conflict între un soț și o soție. Religia budistă permite și ea minciuna, deși, pentru a nu se ajunge la minciuni, se încurajează mai degrabă evitarea răspunsului la o întrebare, schimbarea subiectului sau minciuna prin omisiune.

Indiferent de ceea ce propovăduiește oricare dintre doctrinele religioase, sunt momente când binele omenirii primează. Astfel, minciuna este aproape întotdeauna acceptată atunci când vine vorba de a salva vieți. În timpul invaziei naziste din cel de-al Doilea Război Mondial, chiar și cei mai evlavioși oameni, printre care s-au numărat preoți, călugărițe și alți

membri ai clerului, au mințit pentru a proteja și a salva viața unor oameni nevinovați, pe care i-au ascuns în biserici, mănăstiri și case.

## Capitolul 2

### Prețul unei minciuni

După cum am văzut în capitolul precedent, unele minciuni pot fi iertate, iar altele nu. De fapt, există minciuni și acte de trădare intolerabile, care sunt devastatoare pentru sufletul omului. Când aflați că cineva v-a mințit, felul în care reacționați depinde de persoana care v-a mințit, de contextul în care a făcut acest lucru și chiar de vârsta pe care o aveți în acel moment.

Unele minciuni fac parte din cultura modernă americană: părinții își mint copilul spunându-i că Zâna Măseluță i-a lăsat bănuți sub pernă ca să nu mai fie trist din cauza dintelui căzut, că Moș Crăciun există, pentru ca astfel să se poată bucura de spiritul și emoția Crăciunului, sau doar o parte din adevărul legat de venirea unui bebeluș pe lume, pentru că este prea mic pentru a înțelege. E greu de crezut că starea psihică a unui copil va fi afectată negativ și pe termen lung de una dintre aceste minciuni. Dar dacă vă mințiți copilul evitând să-i spuneți informații esențiale, cum ar fi faptul că a fost adoptat, acest lucru poate avea consecințe emoționale grave. De multe ori se întâmplă ca, atunci când crește, acel copil să nu poată să-și ierte părinții pentru că i-au spus adevărul atât de târziu.

Uneori, minciunile pe care le considerați nevinovate, cum ar fi să spuneți că aveți o vârstă mai mică decât în realitate, pot fi considerate minciuni grosolane de către alții. Pentru cealaltă persoană, aflarea unui astfel de adevăr ar putea fi la fel de gravă ca și descoperirea că sunteți căsătorit și că locuiți cu partenerul de viață și cu cei trei copii, după ce i-ați spus că sunteți singur și că stați într-o garsonieră. Astfel, totul depinde

de felul în care cealaltă persoană percepe și interpretează minciuna. Ceva lipsit de importanță pentru unii poate fi extrem de important pentru alții. Cu toții percepem minciuna și reacționăm la aceasta în moduri diferite; totul depinde de modul în care fiecare definim minciuna, de gradul și tipul minciunii, de felul în care am fost crescuți, de filosofia personală sau de modalitatea în care ne stabilim prioritățile.

## Celebrități mincinoase

În fiecare zi suntem bombardați cu povești ale celebrităților care spun minciuni mai mult sau mai puțin nevinovate. Unele vedete jură că relația în care sunt implicate este foarte rezistentă, chiar dacă tocmai se întorc de la întâlnirea cu avocatul, unde au semnat actele de divorț. Altele mint cu privire la scandalurile în care sunt implicate. Sunt și celebrități care afirmă că arată atât de bine datorită exercițiilor fizice sau dietelor pe care le urmează, când, de fapt, au apelat la liposucție sau la operații de micșorare a stomacului, așa cum a făcut Star Jones, fosta gazdă a emisiunii *The View* de la ABC, înainte ca adevărul să iasă la iveală. Unele vedete susțin că practică foarte mult sport pentru a se menține slabe, doar pentru a recunoaște mai târziu că, de fapt, suferă de tulburări de alimentație.

Sunt și celebrități care neagă cu desăvârșire faptul că ar consuma alcool sau droguri. Descoperim mai târziu că au mințit, când apar în poze surprinse în centre de dezintoxicare sau, mai rar, când recunosc, într-un târziu, în timpul unei emisiuni televizate sau al unui turneu de promovare de film sau de carte, că au o problemă cu drogurile sau cu alcoolul. Nu ne deranjează foarte mult aceste minciuni, deoarece e lesne de înțeles faptul că celebritățile mint în legătură cu propria greutate sau cu consumul de

droguri și alcool. Cei mai mulți dintre noi înțeleg că acelei vedete i-a fost rușine să recunoască sau că, pur și simplu, nu era pregătită emoțional să se confrunte cu propria problemă și să o facă publică la momentul respectiv.

Dar sunt și minciuni ale celebrităților care *ne deranjează*, în special cele legate de trădarea și de înșelarea partenerului de viață. În momentul în care a ieșit la iveală că vedeta din seria de filme *Amurg*, Kristen Stewart, l-a mințit pe colegul și iubitul ei Robert Pattinson, cu care era într-o relație de lungă durată, înșelându-l cu un producător de film, aceasta a descoperit foarte repede că reacția fanilor ei cândva fideli poate fi brutală. Fanii au revenit la sentimente mai bune atunci când actrița părea că s-a împăcat cu Pattinson și au fost văzuți purtându-se ca doi îndrăgostiți în timpul premierei filmului în care jucau. Cântăreața de muzică country LeAnne Rimes a recunoscut public faptul că încă are parte de reacții negative din partea fanilor din cauză că și-a mințit și înșelat fostul soț cu un bărbat căsătorit, deși s-a măritat în cele din urmă cu amantul. Oamenii au tendința de a lua aceste minciuni în nume personal, deoarece de multe ori se identifică cu consecințele unor asemenea fapte. Probabil că mulți dintre ei au simțit efectele extrem de dureroase și devastatoare ale unor minciuni similare, atunci când cineva i-a trădat sau le-a „furat” iubirea. Luăm lucrurile în nume personal și atunci când plătim pentru a vedea o vedetă într-un film sau a-i asculta muzica, iar aceasta îi trădează pe ceilalți, în mod repetat, cu minciuni mai puțin nevinovate. Ne putem da seama că, dintr-odată, nu o mai respectăm și nu mai avem dorința de a o încuraja și de a-i sprijini proiectele.

Din exemplele oferite de celebrități, am văzut cum minciuna permanentă sau repetată poate distruge viața unui om. Am observat acest tip de minciună dusă la extrem în cazul actriței Lindsay Lohan. Am văzut-o pe mama și managerul acesteia, Dina Lohan, mințind mereu presa că fiica sa nu a avut niciodată probleme și învinuindu-i, în schimb, pe alții pentru necazurile ei (în loc să-și analizeze propriul mod de creștere a

copiilor, având în vedere înclinația de a petrece cot la cot cu fiica sa). Am văzut cum această actriță, care promitea o carieră de succes în trecut, a mințit în mod repetat cu privire la multe lucruri, de la consumul de alcool, furtul unui colier sau condusul unei mașini implicate într-un accident de circulație și până la declarațiile false în fața poliției în timpul investigațiilor legate de acel accident. La un moment dat, paparazzi au surprins-o pe Lindsay la cumpărături în New York, deși declarase că este prea bolnavă să zboare la Los Angeles pentru a se prezenta în fața instanței. Minciunile sale ridicole nu i-au îndepărtat doar pe o parte din fanii ei, care probabil că au început să o vadă ca pe o curiozitate jalnică, ci și pe o serie de producători, care ar fi putut să o distribuie în filme. Deși unele persoane sunt dispuse să-i acorde o a doua șansă, minciunile sale au avut consecințe nefaste asupra modului în care actrița este percepută astăzi.

## Trădările și crimele pasionale

Aproape nimic nu pare mai grav pe lume decât să descoperiți că ați fost mințit de o persoană pe care o iubiți și în care aveți încredere. Cu cât țineți mai mult la acea persoană, cu atât mai puternice și dureroase vă sunt trăirile, care pot varia de la șoc și depresie la o apatie de-a dreptul catatonică sau chiar la furie oarbă. Nu de puține ori, cetățeni de altfel calmi, liniștiți, stăpâni pe sine și cu respect pentru lege s-au transformat în infractori violenți și chiar în criminali, când s-au simțit trădați de un partener de afaceri apropiat, de soț, soție sau de o persoană iubită cu care au împărtășit cele mai intime gânduri și sentimente și cărora le-au încredințat viața și inima.

Acesta este și cazul Clarei Harris, o femeie de 45 de ani, căsătorită și mamă a doi băieți gemeni, de profesie medic stomatolog. Împreună cu soțul ei David, medic ortodontist, erau membri de seamă ai comunității din Houston, bucurându-se de confortul și privilegiile oferite de o stare materială foarte bună. Clara era convinsă că avea parte de o căsătorie fericită și idilică, până în ziua în care l-a văzut pe David înșelând-o într-o parcare. Această femeie, în mod normal rațională și echilibrată, a fost copleșită de emoții, nemaifiind în stare să analizeze consecințele acțiunilor sale. Din nefericire, s-a ales cu o condamnare la 20 de ani de închisoare pentru că și-a ucis soțul, călcându-l cu mașina în mod repetat.

În Statele Unite ale Americii, aceste crime pasionale se pun, de multe ori, pe seama unor stări de „nebie temporară”, o sintagmă ce a fost folosită pentru prima dată în 1859 pentru apărarea în instanță a unui membru al Congresului, Daniel Sickles din New York, care l-a ucis pe amantul soției sale. Deși furia provocată de trădarea unui partener de viață este destul de puternică pentru a cauza acte violente asupra celorlalți, din fericire, cei mai mulți oameni sunt suficient de raționali pentru a nu lua dreptatea în propriile mâini, de frica repercusiunilor legale și a distrugerii propriei vieți. În schimb, aleg să-l dea în judecată pe mincinos sau trădător. Astfel găsesc un mod sigur (și legal) de a se răzbuna pe persoana care i-a tratat nedrept și în care au avut încredere.

Mulți au fost (și încă mai sunt) furioși pe Bernard Madoff, escrocul financiar care s-a folosit de schema Ponzi pentru a le distruge economiile de-o viață și pentru a aduce la sapă de lemn oameni care fuseseră înstăriți. Mulți au declarat chiar că și-au imaginat că îl ucid. Din fericire, spre binele lor, nimeni nu a dat frâu liber acestor fantezii. Mulți investitori îl cunoșteau personal pe Madoff de mulți ani și chiar îl tratau ca pe un membru al familiei lor. Simțeau că și acesta ținea la ei. În realitate, au descoperit că nu ținea decât la banii lor, dorind să-și umple conturile

pentru a putea menține schema Ponzi. Din această cauză le-a fost foarte greu când au aflat că au fost mințiți și înșelați.

Este groaznic și când descoperiți că ați fost escrocat, mințit și nu vi s-a spus adevărul cu privire la destinația propriilor bani. La fel de greu de suportat este însă și descoperirea că persoana pe care ați iubit-o și cu care v-ați împărțit viața v-a mințit pe parcursul căsniciei. Este foarte dureros să aflați, într-un final, că nu este persoana care credeți că este. Am cunoscut cândva un cuplu – să le spunem Tom și Shirley, care erau căsătoriți de 35 de ani. Erau înstăriți, călătoreau peste tot în lume, purtau doar haine de firmă, participau frecvent la baluri de caritate elegante, frecventau cele mai bune restaurante și le dăruiau copiilor și nepoților tot ce își doreau. Abia când Tom a murit, în urma unui atac de cord, la vârsta de 60 de ani, Shirley a descoperit, cu mare surprindere, că soțul ei a dus o viață nu dublă, ci triplă. Acesta avea atât un iubit homosexual, cât și o amantă de 22 de ani, care era și mama fiului său nelegitim, în vârstă de 2 ani. Atât iubitul, cât și amanta și-au făcut apariția după moartea lui Tom, pretinzând că sunt incluși în testamentul lui Tom. Dar se pare că acesta nu le-a lăsat nimic nici iubitului, nici amantei, nici fiului nelegitim, nici fiicelor legitime, nici celor patru nepoți și nici chiar lui Shirley. Tom era atât de afundat în datorii din cauza cheltuielilor nehibzuite și a afacerilor ratate, inclusiv un club de striptease și un site porno de care Shirley nu știa absolut nimic, încât aceasta a fost nevoită să intre în insolvență. A pierdut tot: casa, mașinile, poziția socială, așa-zișii prieteni și, din nefericire, speranța și încrederea. Singurele lacrimi pe care le-a vărsat la înmormântarea lui Tom au fost cele de furie și de tristețe adâncă, din cauza minciunilor și trădărilor din toți anii petrecuți împreună.

Asemenea trădări nu au loc doar în sânul familiei. Mai sunt și oamenii pentru care minciuna și înșelătoria fac parte din meseria lor. Poate că nu-i cunoașteți personal, dar asta nu înseamnă că nu pot provoca efecte devastatoare sentimentelor dumneavoastră. Gândiți-vă, de exemplu, la

agenții comerciali care vă vând produse de calitate proastă sau la cei care vă promit servicii pe care nu le mai primiți niciodată. Există chiar și escroci care strâng bani pentru cauze caritabile, singura cauză „nobilă” fiind, de fapt, propriul cont bancar. Sunt numeroși pungași și escroci care fac tot ce pot pentru a obține beneficii de la victimele lor credule. Și mai sunt și acei oameni pe care nu îi veți cunoaște niciodată, care vă fură identitatea și vă folosesc numele. Aceștia vă storc de bani, distrugându-vă starea emoțională și lăsându-vă să acoperiți pagubele pe care le-au provocat reputației, contului și bunurilor dumneavoastră de drept.

## Povestea mea

Cunosc, din proprie experiență, cât este de dureros când un mincinos își însușește un lucru care nu-i aparține și îl declară bun personal. În timp ce navigam pe site-ul Amazon.com, am descoperit că un orator motivațional din Phoenix, Arizona, a dat cărții sale același titlu ca și cel al bestsellerului scris de mine cu 13 ani în urmă, *Toxic People*. După cercetări ulterioare, am observat că aceeași femeie a copiat, cuvânt cu cuvânt, o parte dintr-o altă carte scrisă de mine, *He Says She Says* (*Versiunea lui, versiunea ei*). Aceasta a preluat informații din carte și le-a copiat în varianta ei din *Toxic People*, încălcându-mi, astfel, drepturile de autor.

Stând față în față cu această femeie, în timp ce avocatul meu pe probleme de drepturi de autor îi asculta mărturia, am fost uimită de minciunile sfruntate pe care le debita. A insistat asupra faptului că nu a copiat din cartea mea, *He Says She Says*, deși conținutul și formularea erau identice. Analizându-i expresiile faciale și limbajul trupului și

ascultându-i tonul vocii și discursul, am identificat mai multe posibile semnale ale înșelătoriei, de la tonul defensiv, sunetul gutural și strident al vocii și propozițiile care se stingeau treptat până la faptul că dădea din picioare sau privea în altă parte în timp ce răspundea la întrebările care i se adresau (ca, de exemplu, de unde a obținut materialul scris).

În momentul în care a declarat că „cineva” i-a trimis acest material, dar nu a fost în stare să numească acea persoană, am fost și mai convinsă că era o mare (deși nu foarte pricepută) mincinoasă.

I-am intentat proces și ne-am prezentat în fața instanței din Los Angeles. Juriul mi-a dat dreptate cu privire la faptul că Marsha Petrie Sue nu a spus adevărul. A ajuns la concluzia că aceasta a copiat, într-adevăr, din cărțile mele și a votat în favoarea mea în unanimitate, catalogând-o definitiv drept infractoare care a încălcat drepturile de autor. Starea mea emoțională a început să se vindece în momentul în care am câștigat procesul. Faptul că mi-am apărat drepturile, neacceptând să fiu mințită sau să mi se ia ceea ce mi se cuvenea de drept, și că am văzut cum s-a făcut dreptate mi-a sporit respectul de sine. Din păcate, în astfel de cazuri, mulți oameni aleg să nu ia calea judecății, preferând să sufere în liniște, fără a-și recupera ceea ce este al lor.

## Eroii mincinoși

Poate fi la fel de dureros să descoperiți că o persoană pe care o admirați nespus și pe care o vedeți ca pe un erou se dovedește a fi un mincinos. Foarte mulți oameni îl admirau pe John Edwards, fostul candidat la președinția Statelor Unite. Părea să aibă toate calitățile necesare: un viitor promițător și o familie frumoasă, cu o fiică deja adultă și doi copii mai

mici, concepuți ceva mai târziu. Timp de aproape 40 de ani a fost căsătorit cu o femeie inteligentă și extraordinară, care supraviețuise morții tragice a unui fiu, dar și propriei lupte cu cancerul. Edwards era un bărbat arătos, bogat și cu un discurs excelent, marcat de un accent sudist fermecător. Și chiar arăta ca o persoană potrivită să devină președinte al Statelor Unite.

Dar apoi a mințit. A mințit-o pe soția sa bolnavă de cancer și a mințit întreaga lume atunci când a declarat că nu este implicat într-o relație cu Rielle Hunter, videograful său. A mințit spunând că bebelușul pe care aceasta din urmă l-a purtat și căruia i-a dat naștere nu era al lui. Mai mult decât atât, a născocit o întreagă poveste pentru a ascunde această minciună, punându-l pe Andrew Young, managerul campaniei sale electorale, să mintă în locul lui și să declare că el era tatăl copilului, nu Edwards. Și, nu în ultimul rând, a mințit electoratul american, pretinzând că este un om onest și deschis și un soț fidel pentru Elizabeth. S-a dovedit că nu avea niciuna dintre aceste calități.

Ceva mai recent s-a aflat că ciclistul Lance Armstrong a câștigat Turul Franței de șapte ori la rând, între 1999 și 2005, doar pentru că a folosit substanțe care i-au sporit performanța sportivă. Cum era și normal, acest lucru a scandalizat întreaga lume. Ceea ce i-a înfuriat pe toți nu a fost doar faptul că a negat cu vehemență dopajul sau că i-a dat în judecată pe cei ce l-au acuzat. Minciunile sale nu au fost tolerate mai ales din cauza imaginii pe care acesta și-o crease, aceea de tată model pentru cei trei copii ai săi, care supraviețuise cancerului testicular și care înființase Fundația Livestrong – o instituție care promova stilul de viață sănătos și oferea sprijin bolnavilor de cancer. Prin urmare, foarte mulți oameni și-au rupt brățările galbene Livestrong, ca formă de protest împotriva eroului mincinos. În urma unui sondaj realizat după apariția lui Armstrong la emisiunea lui Oprah Winfrey, unde a recunoscut public că s-a dopat și că a mințit, mai bine de 70% dintre participanți au declarat că nu ar putea să-i ierte niciodată minciunile.

## Minciunile care pot distruge viața

În urmă cu aproape 25 de ani, o tânără de 15 ani, pe numele ei Tawana Brawley, a declarat că un grup de 10 bărbați albi au violat-o, au băgat-o într-un sac de gunoi, au acoperit-o cu materii fecale, i-au scris cuvinte jignitoare pe corp și i-au scrijelit literele „KKK” pe pantof. Al Sharpton și alți lideri din sfera publică i-au sărit în ajutor, în timp ce avocații au ales să o apere *pro bono* pentru a-i pedepsi pe cei 10 bărbați care au atacat-o, conform spuselor fetei. Dar s-a dovedit că totul fusese o minciună. De ce a mințit? Deoarece nu voia să fie certată de tatăl ei vitreg pentru că ajunsese târziu acasă în acea noapte.

Minciuna ei a distrus reputația și viețile unor bărbați nevinovați. Unul dintre aceștia, Harry Crist Jr., un polițist cu experiență, în vârstă de 28 de ani, s-a sinucis la o săptămână de la izbucnirea scandalului, după ce s-a despărțit de prietena sa și a picat un examen organizat de poliția statului New York. Unii lideri din comunitate s-au folosit de sinuciderea lui Crist, acuzându-l că a participat la viol. Steven Pagones, prietenul lui Crist, l-a apărut pe acesta, oferindu-i un alibi solid și insistând asupra faptului că Harry nu a avut nicio legătură cu presupusul viol asupra lui Brawley. Însă, în timp ce Pagones încerca să salveze reputația prietenului său decedat, a fost el însuși luat în vizor. În mod surprinzător, acesta a fost acuzat că ar fi violat-o pe Brawley de vreo 36 de ori.

Această acuzație cusută cu ață albă i-a distrus cariera și căsnicia lui Pagones, care la acea vreme era procuror al districtului Dutchess. Minciuna Tawanei nu a năruit doar viețile celor 10 bărbați acuzați pe nedrept, ci a creat și tensiuni rasiale în întregul district. Partea bună a lucrurilor este că Steven Pagones, în prezent detectiv particular, i-a dat de urmă acestei mincinoase, acum în vârstă de 40 de ani (având numele de Tawana Vacenia Thompson Guitierrez), și a acuzat-o de defăimare, 25 de

ani mai târziu, cerând daune de aproape jumătate de milion de dolari. Rămâne de văzut care va fi sentința în acest caz.

Mulți oameni mint din cele mai banale motive, ajungând să distrugă la propriu viața celorlalți. Într-un caz la care am fost consultant, lucrând alături de procurorul James Murray din Oklahoma, o adolescentă l-a acuzat pe profesorul și antrenorul ei de baschet, Stacey Brewer, că a molestat-o. Fata susținea că profesorul și-a expus organele genitale în fața ei și a povestit această întâmplare colegelor sale, care i s-au alăturat lui Stacey, declarând că și ele au fost molestate de antrenor. Drept consecință, antrenorul s-a trezit cu 11 capete de acuzare. După ce am analizat limbajul trupului și elementele caracteristice ale discursului elevei de pe înregistrările din timpul interogatoriului, supravegherii și mărturiei de la poliție, am identificat mai multe semnale de înșelătorie. Datorită muncii minuțioase a procurorului James Murray, precum și semnalelor de înșelătorie descoperite de mine în mărturiile acestor fete, antrenorul a fost găsit nevinovat de către procuratura districtului Logan.

Un alt bărbat acuzat pe nedrept de pedofilie este Darryl Ginyard din Maryland. Soția sa l-a acuzat în mod fals că a abuzat de fiicele lor după pronunțarea divorțului. Acesta și-a dovedit nevinovăția, iar instanța i-a acordat custodia copiilor și dreptul la o despăgubire de 825.000 de dolari. Din nefericire, deși acuzațiile împotriva lui s-au dovedit a fi false, Darryl și-a pierdut locul de muncă.

În timp ce Darryl Ginyard a avut norocul ca autoritățile și instanța să-i dea crezare, mai sunt și cei ca „Fredrick”, un bărbat de 33 de ani, care nu a fost la fel de norocos. Fredrick s-a căsătorit cu Robin, care avea deja 3 copii, cu vârste de 3, 5 și 7 ani. De-a lungul celor trei ani de căsnicie, Robin l-a acuzat pe nedrept pe Fredrick că o înșela. Într-o zi, după ce l-a observat stând de vorbă cu o colegă de serviciu, i-a spus acestuia într-un acces furibund de gelozie: „Dacă eu nu te pot avea, atunci nimeni nu va

avea parte de tine”. Fredrick a asigurat-o din nou de faptul că nu a înșelat-o și a ignorat vorbele lui Robin.

O săptămână mai târziu, Fredrick a primit o vizită din partea Direcției de Protecție a Copilului, deoarece fusese acuzat de molestarea celor trei copii. Reprezentanții acestei instituții nu au identificat nimic suspect în momentul în care au vorbit cu cei trei copii. Dar Robin era hotărâtă să-i distrugă viața lui Fredrick. Dintr-un motiv sau altul, bărbatul a rămas blocat în sistem după ce fiica sa vitregă Amanda și-a retras declarația și a mărturisit că a fost, într-adevăr, molestată de el. Se pare că mama fetei, orbită de dorința de răzbunare, a învățat-o pe Amanda să mintă autoritățile, care au crezut-o. Deși declarațiile Amandei erau contradictorii și lipsite de sens, Fredrick a trebuit să compară în instanță pentru a se apăra de acuzațiile false.

Avocatul lui Fredrick credea că acesta nu are de ce să-și facă griji, considerând că au probe foarte convingătoare. Se pare că atunci când asistentul social a rugat-o pe Amanda să deseneze organele genitale ale tatălui său vitreg, aceasta le-a desenat cu două testicule. Dar Fredrick nu avea decât unul singur. El și avocatul său erau convinși că această informație îi va ajuta să câștige cazul (coroborat cu faptul că nu existau probe sau martori, iar fetița răspundea cu „nu știu” sau „nu îmi amintesc” la orice întrebare care îi era adresată în timpul mărturiei). În mod surprinzător, Fredrick nu a câștigat cazul. În prezent execută o condamnare pe viață într-o închisoare de stat pentru o infracțiune pe care nu a comis-o.

Poate că într-o zi, când Amanda va crește mare, își va retrage declarația și va spune adevărul, așa cum au făcut multe femei implicate în cazuri similare, care au acuzat oameni nevinovați, declarând că le-ar fi abuzat sexual în tinerețe. Deși mulți dintre bărbații acuzați pe nedrept sunt eliberați din închisoare după retragerea acuzațiilor, răul nu mai poate fi îndreptat. Ani întregi din viață le-au fost răpiți, timp în care nu s-au

bucurat de familiile lor, nu au luat parte la înmormântările celor dragi și nu și-au văzut copiii terminându-și studiile sau căsătorindu-se.

În fiecare zi, nenumărați oameni sunt acuzați de infracțiuni pe care nu le-au comis. Acuzațiile false nu numai că i-au aruncat după gratii, dar i-au plasat și pe listele infractorilor sexuali. Cei care nu ajung în spatele gratiilor sunt oricum închiși într-un fel de închisoare emoțională, după ce își pierd locurile de muncă, economiile de-o viață sau familiile, totul din cauza unor minciuni malițioase. Aceste incidente ilustrează, în mod dramatic, efectul de coșmar pe care minciuna îl poate avea asupra vieții unei persoane nevinovate. Din acest motiv, este esențial să cunoaștem *toate* semnele care ne ajută să depistăm mincinoșii. Minciunile pot provoca pagube ireparabile, fie că sunt provocate de gelozie, lăcomie sau răutate pură.

Uneori minciunile pot să nu fie un lucru atât de rău. De fapt, pot reprezenta o etapă importantă și chiar necesară a dezvoltării noastre. Adevărul este că mințim din motive diverse, în diferite momente ale vieții noastre, așa cum vom vedea în capitolul următor.

## Capitolul 3

# Evoluția unui mincinos: de ce mint animalele (da, animalele!), copiii și tinerii?

Fie că vă vine să credeți sau nu, animalele mint tot timpul, deoarece înșelătoria este adesea esențială pentru supraviețuire. Din acest motiv diverse insecte și reptile, precum cameleonul, își schimbă culoarea sau forma pentru a se confunda cu mediul în care trăiesc și a nu fi observate de animalele prădătoare.

Când întâlnește un prădător, calamarul împrăștie imediat un nor de cerneală între ei. Culoarea și forma norului de cerneală sunt aceleași ca ale calamarului. Dacă totul decurge conform planului, răpitorul devine confuz, iar calmarul dispare fără a fi rănit. Când vedeți un animal speriat cu blana zburlită, să știți că și acesta încearcă să-și salveze viața. Umflându-și blana, animalul creează iluzia că este mai mare decât în realitate. Multe mamifere apelează la această tactică pentru a-și alunga eventualii prădători.



Fotografia 3.1: Cimпанzeu făcând o grimasă.  
Credit foto: Eric Isselee/Shutterstock, Inc.

Cimпанzeii, cei mai apropiați strămoși genetici ai omului din lumea animalelor, se păcălesc unii pe alții tot timpul. Când sunt agitați afișează un rânjel larg. Cu toate acestea, în momentul în care se apropie un mascul rival și nu vor ca acesta să-și dea seama că sunt neliniștiți sau se află într-o poziție de inferioritate, de multe ori se întorc cu spatele și își folosesc mâinile pentru a-și apropia buzele. Efectiv, își „șterg rânjelul de pe față”, pentru a nu fi atacați. Drept rezultat, ceilalți cimpanzei se vor îndepărta sau își vor vedea de treabă, în loc să-l atace pe cel ce nu demult zâmbea, putând astfel fi perceput ca mai slab și mai vulnerabil. Se știe despre cimpanzei că păcălesc și oamenii. La o grădină zoologică din Suedia, o femelă cimpanzeu își înșela vizitatorii stând cuminte și molfăind dintr-un măr pe care îl ținea într-o mână. În realitate, aceasta ascundea pietre la spate, în cealaltă mână, cu intenția de a-i ataca pe vizitatorii care se apropiau prea tare de cușca ei, ceea ce a și făcut de câteva ori.

Cercetătoarea zoolog Maxine Morris a demonstrat că și elefanții dau dovadă de un comportament înșelător unul față de celălalt. În timp ce observa elefanții de la grădina zoologică din Washington Park, Morris a

descoperit că, în timpul mesei, cei care își mâncau rapid porția cuvenită de fân se fofilau adesea pe lângă elefanții care mâncau mai încet și își legănau trompele dintr-o parte în alta, dovadă a unui comportament prietenos. Dar adevăratul lor scop nu era să fie sociabili. Continuau să facă aceste gesturi până în momentul în care erau suficient de aproape de un alt elefant și sustrăgeau rapid de la acesta o parte din hrana nemâncată.

Mai sunt și alte mamifere care îi mint și îi înșală pe oameni. Să luăm cazul delfinului, care este foarte inteligent. Dresorii de la Institutul de Studiere a Mamiferelor Marine au învățat delfinii să strângă mizeria din bazine, recompensându-i cu un pește pentru fiecare grămăjoară de gunoi pe care o aduceau. Dar o femelă delfin s-a gândit că nu are sens să strângă tot gunoiul pentru un amărât de pește. Voia să primească mai multă hrană pentru munca sa. Prin urmare, a conceput un plan viclean de înșelătorie, ascunzând gunoiul sub o piatră de pe fundul bazinului. Apoi aducea la suprafață doar cantități mici de gunoi, în mod repetat, primind astfel hrană de fiecare dată și sporind numărul de pești mâncați. Practic, femela delfin a mințit pentru a fi mai bine recompensată pentru munca sa.

Cel mai relevant exemplu pentru a dovedi că animalele mint este reprezentat de zecile de ani de cercetări realizate la Gorilla Institute, care servește drept adăpost pentru Koko, faimoasa gorilă care comunică prin limbajul semnelor. Când Koko avea doar trei ani, aceasta a stricat o jucărie. În momentul în care dresorul i-a cerut socoteală cu privire la fapta ei, Koko s-a folosit de limbajul semnelor pentru a spune că cealaltă dresoare a ei, Kate, este cea care a stricat jucăria. La vârsta de cinci ani, Koko a distrus un blat de bucătărie după ce s-a așezat pe el. Când a fost întrebată ce s-a întâmplat, Koko a dat din nou vina pe Kate. Cu o altă ocazie, Koko a fost dojenită de un dresor pentru că rodea un creion. Imediat, gorila s-a prefăcut că nu roade creionul, începând să îl aplice pe buze, ca pe un ruj. Când a fost presată să recunoască ceea ce făcuse, Koko

s-a folosit de semne pentru a spune adevărul, mărturisind că a ros creionul pentru că îi era foame.

Koko a dovedit că stăpânește arta minciunii și în momentul în care, fugărindu-se în joacă cu unul dintre dresorii ei, l-a mușcat ușor pe acesta. Când a fost întrebată ce a făcut, Koko s-a folosit din nou de limbajul semnelor, arătând că nu a făcut nimic cu dinții. Nu numai că a mințit și a negat că și-a folosit dinții sau că l-a mușcat pe dresor, ci a dezvăluit și alte informații care nu îi fuseseră încă cerute. Când oamenii oferă informații suplimentare nesolicitate, de multe ori acesta este un semn de înșelătorie. Evident, același lucru se aplică și la gorile! Când dresorul a certat-o, spunându-i că a mințit, Koko, spășită, a recunoscut prin semne că a fost „rea” și că a mușcat. În opinia dresorilor ei, Koko a mințit pentru a nu fi pedepsită.

Cățelușa mea, Annabella, un pui din rasa goldendoodle în vârstă de șase luni, procedează în mod similar pentru a nu fi muștrată atunci când știe că a făcut vreo prostioară, cum ar fi să urineze pe covor sau să șterpească mâncare de pe masă. Când îi cer socoteală adoptă de multe ori o atitudine jucăușă, cu lăbuțele din față pe podea și cu spatele ridicat, dând din coadă. Începe apoi să țopăie, încercând să mă lingă, pentru a-mi distrage atenția de la fapta sa. În loc să dea dovadă de cel mai mic semn de rușine sau remușcare, scopul ei este să se gudure pe lângă mine și să-mi distragă atenția, sperând că voi uita ce a făcut.

Annabella minte și atunci când vrea să obțină ceva, cum ar fi să iasă afară. Știe cum să sune din clopoței agățați pe ușa de la intrare, pentru a mă anunța că vrea să iasă și să-și facă nevoile. Întotdeauna am grijă să o scot afară atunci când sună din clopoței. Dar uneori sună deși a fost afară cu câteva momente înainte. Nu are nevoi fiziologice, ci vrea doar să iasă din nou afară, să se joace și să se simtă bine.

Deși, de multe ori, minciunile ei cu privire la locurile unde îmi ascunde lucrurile sunt amuzante și înduioșătoare, uneori pot fi și

frustrante. Într-o zi îmi căutam ochelarii de citit și am observat cu coada ochiului că Annabella se juca cu ei. De îndată ce m-a auzit întrebând-o unde îmi sunt ochelarii, i-a ascuns imediat sub lăbuțe. Era modul ei de a mă minți că ochelarii nu sunt la ea, când, de fapt, aceștia erau ascunși cu dibăcie sub lăbuțele ei. Din fericire, am reușit să immortalizez momentele ei de minciună în fotografiile alăturate.



Fotografiile 3.2, 3.3, 3.4, 3.5: Annabella așezându-și lăbuțele peste ochelarii mei și prefăcându-se că nu sunt la ea.

Copyright: Dr. Lillian Glass

## Bebelușii mincinoși

Jane obișnuia să alerge repede în camera fetei ei de trei luni, Amy, de fiecare dată când o auzea plângând. Amy plângea pentru a-i transmite lui Jane că ceva era în neregulă: că avea nevoie să fie schimbată sau hrănită, că îi era cald sau frig ori că o durea burtica. Dar după ce Amy a împlinit șase luni, Jane a început să observe că fetița ei o manipula, pentru că plânsetele micuței erau diferite. Scâncetele lui Amy păreau false, deoarece încetau imediat ce Jane intra în cameră. La vârsta de șase luni, Amy și-a dat seama că tot ceea ce trebuia să facă era să plângă pentru ca mama să alerge la ea și să-i acorde atenție oricând dorea.

Până nu demult, cei mai mulți cercetători și psihologi erau de părere că un copil este incapabil să mintă până la vârsta de patru ani, datorită complexității limbajului și nivelului de dezvoltare a creierului. Dar studiile recente au dovedit că lucrurile nu stau tocmai așa. Cercetători precum dr. Vasudevi Reddy de la University of Portsmouth, Marea Britanie, au demonstrat că bebelușii pot da dovadă de semne de înșelătorie încă de la vârsta de șase luni, când învață că plânsetul fals (cu pauze până în momentul în care aud pe cineva venind și reluând apoi plânsul) și chiar râsetul prefăcut le oferă atenția pe care și-o doresc.

Studiile doctorului Reddy arată că bebelușii plâng și râd la vârsta de opt luni pentru a distra atenția părintelui, la fel cum procedează Annabella, cățelușa mea iubită, de la vârsta de trei luni. Cercetările doctorului Reddy au scos la iveală și faptul că bebelușii se prefac că îi doare ceva sau că s-au lovit pentru a atrage atenția. Cassie, de exemplu, a încercat să apuce un animal de pluș și a căzut din pătuț când s-a întins după el. Căzuse de multe ori din pătuț, în încercarea de a ajunge la jucării, dar nu plânse niciodată până atunci. Nu a plâns nici de data aceasta, până în momentul în care și-a ridicat privirea și a văzut că mama sa o

urmărește. Imediat, a început să plângă în hohote, ca și cum s-ar fi lovit foarte tare. De îndată ce mama sa a ridicat-o în brațe, bineînțeles că plânsetele au încetat. În esență, motivația unui bebeluș de a minți își are originea în încercarea lui de a controla lumea din jur și de a se asigura că are toată atenția și confortul pe care și le dorește.

## Copiii mici mincinoși

După cum au observat cercetătorii care au analizat comportamentul lui Koko, cu cât vocabularul gorilei se îmbogățește, cu atât sporeau și metodele care o ajutau să mintă. Aceeași observație este valabilă și în cazul copiilor mici. Pe măsură ce își sporesc abilitățile de receptivitate și de comunicare expresivă, cei mici au la îndemână mai multe unelte, de care se folosesc pentru a păcăli. Mama micuței Kirsty a așezat pe masă o prăjitură. S-a întors cu spatele preț de câteva secunde, pentru a lua un cuțit să taie desertul, și, când s-a întors la masă, a descoperit că o bucată din prăjitură lipsește. Când a aruncat o privire prin cameră, a observat că micuța Kirsty era plină de glazură pe față și pe mânuțe. A întrebat-o imediat dacă a mâncat din prăjitură, dar Kirsty a dat repede din cap și a spus „nu”, evitând contactul vizual cu mama sa.

În mod evident, Kirsty mințea, iar dovada se afla pe față și pe mânuțele ei. Poate că tonul vocii mamei ei a avertizat-o că urma să fie pedepsită. Dacă este așa, atunci copiii mici precum Kirsty mint pentru a evita pedeapsa. Când micuța Kirsty și-a dat seama că mama ei nu o crede, a *înflorit* minciuna, spunând: „Mickey a mâncat prăjitura”. Mickey era papagalul familiei, care era închis în colivia sa la momentul incidentului. Astfel că micuța nu numai că a mințit în legătură cu mâncatul prăjiturii,

dar a ales și să dea vina pe pasărea nevinovată. Exemplul lui Kirsty ilustrează faptul că micuții pot minți pentru a evita pedeapsa, dar și pentru a se pune pe ei într-o lumină favorabilă.

Ca și în cazul bebelușilor, copiii mici pot minți pentru a se afla în centrul atenției și pentru a fi consolati. Micuțul Ryan nu se ținea prea bine pe picioare. A căzut în funduleț când încerca să ajungă de la punctul A la punctul B. La început nu a plâns, fiind pregătit să se ridice, dar asta până să observe că tatăl lui îl privea. În acel moment a început imediat să țipe, ca și cum ar fi fost chinuit de dureri groaznice. Plânsul a încetat de îndată ce tatăl său i-a sărit în ajutor, la sărutat și l-a luat în brațe, iar Ryan a izbucnit într-un hohot de râs. Micuțul știa exact ce face! Voia doar puțină dragoste și atenție din partea tatălui său și, când a obținut ce și-a dorit, s-a înveselit – astfel explicându-se râsetul său voios și satisfăcut.

Copiii mici mint și pentru a evita neplăcerile. Când Nancy l-a întrebat pe fiul ei de doi ani și jumătate dacă și-a udat scutecul, acesta a răspuns cu un „nu” hotărât, deși scutecul era ud learcă. Copilul a mințit pentru că voia să se joace în continuare cu camioanele sale și nu avea chef să fie întrerupt de schimbarea scutecului. În opinia doctorului Reddy, pe măsură ce copiii cresc, aceștia mint din ce în ce mai des, pentru a vedea care dintre minciuni funcționează mai bine în anumite situații și cu care dintre ele pot scăpa basma curată. Vârsta copilăriei timpurii este și perioada în care micuții învață despre consecințele minciunii. Deși mint adesea pentru a evita pedepsele și consecințele negative, copiii descoperă destul de repede că minciunile pe care le spun atrag, de multe ori, aceleași pedepse și consecințe negative pe care, în mod ironic, au încercat să le evite inițial.

## Preșcolarii mincinoși

Perioada cuprinsă între vârstele de trei și cinci ani este derutantă, când lumea fanteziei și lumea reală intră în coliziune. În timpul acestei etape de dezvoltare, preșcolarii continuă să mintă pentru a se pune pe ei înșiși într-o lumină favorabilă. Aceștia confundă dorințele cu realitatea, ceea ce conduce către un comportament înșelător. Copiii aflați la această vârstă povestesc adesea despre prietenii lor imaginari și despre scenarii sau situații închipuite.

Bobby, un băiețel de patru ani, i-a spus mamei sale că și-a strâns toate jucăriile, dar când aceasta a intrat în camera copilului, le-a găsit pe toate încă împrăștiate peste tot pe podea. Este posibil ca în mintea sa în plină dezvoltare fantezia că și-a strâns, de fapt, jucăriile să fi fost confundată cu realitatea. Deși nu își strânsese cu adevărat jucăriile, probabil că s-a gândit la acest lucru înainte să fie distras de altceva și să meargă afară la joacă. În mod similar, Karen, mama unui preșcolar pe nume Randy, l-a auzit pe acesta cum povestea unei vecine și fiului ei despre vizita lui la o fermă din zonă, unde se jucase cu Mickey Mouse, care îi dăruise un joc lego de ziua lui. În primul rând, Randy nu fusese niciodată la o fermă; în al doilea rând, Mickey Mouse, pe care Randy îl întâlnise cu o vară în urmă la Disneyland, locuia la Disneyland; în al treilea rând, ziua lui Randy avea să fie abia peste trei luni. Prin urmare, nu avea cum să primească un joc lego în dar, pentru că încă nu își serbase aniversarea. Așadar, Randy spusese mai multe minciuni în același timp.

Cu toate acestea, dacă analizăm minciunile lui Randy, vom vedea că băiețelul și-a contopit fanteziile și dorințele cu realitatea, pentru a se plasa într-o lumină favorabilă în ochii vecinilor. Randy a văzut o reclamă TV despre o fermă din zonă și cu siguranță și-a dorit să meargă să o viziteze. Știa că Mickey Mouse locuiește într-un parc de distracții, așa că, în

fantezia sa, l-a plasat la fermă. Știa, de asemenea, că ziua lui urma să fie peste câteva luni și își dorea să primească în dar un joc lego, iar această ultimă dorință l-a ajutat să pună bazele minciunii sale. Părinții trebuie să fie în mod deosebit consecvenți pe durata acestei etape esențiale de dezvoltare și să le explice clar copiilor lor preșcolari diferența dintre fantezie și realitate, astfel încât cei mici să înțeleagă că minciuna nu este acceptabilă.

## Școlarii mincinoși

În timpul școlarizării, profesorii și colegii reafirmă ideea că minciuna este o faptă rea și că trebuie să spunem mereu adevărul. Cei mai mulți dintre profesori nu acceptă scuze de genul „câinele mi-a mâncat tema” și nu lasă nepedepsit un copil mincinos. În mod similar, dacă colegii unui școlar știu că acesta exagerează sau minte, nu vor ezita să-l critice. Însă, deoarece copiii de vârstă școlară își doresc foarte mult să se integreze și să fie acceptați social, de cele mai multe ori continuă să se pună într-o lumină favorabilă, chiar dacă aceasta înseamnă să mintă. De exemplu, de multe ori mint spunând că s-au descurcat bine la un anumit test, deși lucrurile nu stau mereu așa. De asemenea, aceștia mint și din interes. De exemplu, un copil poate să spună că a făcut baie și s-a spălat pe dinți, chiar dacă nu e adevărat, deoarece este prea ocupat de jocul video și nu dorește să fie deranjat.

Conceptul de sinceritate poate fi foarte derutant pentru copilul de vârstă școlară ai cărui părinți, profesori și colegi i-au repetat mereu că minciuna este *interzisă*. Astfel, deoarece își dorește să le facă pe plac, va depune eforturi pentru a spune adevărul. Însă, în încercarea lui de a spune

adevărul, ar putea deveni *prea* sincer și va învăța rapid că nu poate spune mereu adevărul, pentru că riscă să rănească pe cineva. Tommy a înțeles repede că, de câte ori mințea, pierdea dreptul de a se juca pe Internet. Astfel că a încercat să spună mereu adevărul. Dar alegerea sa de a fi sincer a provocat confuzie la școală, unde a fost pedepsit pentru că a jignit o colegă de clasă, spunându-i că nu vrea să danseze cu ea pentru că este urâtă, miroase rău și are mâinile transpirate.

Părinții lui Tommy au fost nevoiți să-i explice că „uneori trebuie să minți” și să eviți adevărul pentru a nu răni sentimentele cuiva. I-au spus că, deși verișorul lui mai mic arată ca o maimuță fără coadă (așa cum le mărturisise Tommy cu ceva timp în urmă), nu trebuie să le împărtășească acest lucru mătușii sau unchiului lui, pentru că aceștia s-ar putea simți jigniți. Astfel, ca și cum nu ar fi suficient de nedumeriți, copiii află la această vârstă că uneori este acceptabil să minți evitând să spui adevărul.

Trebuie subliniat faptul că această etapă de dezvoltare este foarte importantă pentru părinți în evitarea posibilității de a-și transforma copiii în mitomani sau mincinoși patologici. Cercetările au arătat că la unii copii care primesc sancțiuni severe pentru fapte minore, frica de a fi pedepsiți le depășește frica de a minți. Prin urmare, din cauza condiționărilor fizice și emoționale negative, astfel de copii ar putea să se protejeze, continuând să mintă până în punctul în care minciuna devine un obicei pentru ei sau se transformă în mincinoși patologici.

## Adolescenții mincinoși

Când adolescenții mint, o fac adesea pentru a-și evidenția independența și pentru a testa limitele, astfel încât să poată explora lucruri interzise,

precum sexualitatea, consumul de alcool, fumatul sau consumul de droguri. Sheila i-a spus mamei sale că merge să studieze acasă la prietena ei, Jessica. Chiar și-a sunat părinții spre seară să le ceară voie să ia cina cu aceasta și cu familia ei și să mai stea pe seară, astfel încât să mai învețe pentru un examen. Sheila a dat-o la telefon și pe Jessica, pentru a o asigura pe mama ei că totul este în regulă și că familia Jessicăi este de acord cu aranjamentul. Mama Sheilei a fost încântată să vadă că fiica ei este, în sfârșit, interesată de școală, astfel că a acceptat cu dragă inimă rugămintea acesteia. Nu știa însă că Sheila și Jessica ieșiseră la o întâlnire dublă și nu aveau de gând în niciun caz să învețe. Mama Sheilei a dat un telefon acasă la Jessica, în jurul orei nouă seara, pentru a se asigura că totul este în regulă și pentru a întreba când să vină după fiica ei. A fost de-a dreptul surprinsă să afle de la mama Jessicăi că Sheila nu fusese deloc acolo; mai mult, că mama Jessicăi credea că fiica ei ia cina acasă la Sheila. Aceasta a mințit pentru că știa că mama ei nu ar fi lăsat-o să iasă la o întâlnire în timpul săptămânii și, mai ales, cu un băiat pe care ea nu-l cunoștea.

Când adolescenții sunt prinși cu minciuna, de cele mai multe ori vor continua să mintă pentru a se proteja și pentru a scăpa de întrebările părinților, profesorilor sau chiar ale colegilor. Chiar și când mama lui Joe a găsit mai multe țigări cu marijuana într-un sertar, în timp ce căuta un pix în camera lui, băiatul a insistat că nu erau ale lui și că altcineva trebuie să le fi pus acolo. Chiar și atunci când a fost forțat să spună adevărul, Joe a continuat să susțină că este nevinovat și că nu a fumat niciodată marijuana, deși se droga aproape în fiecare zi. După cum puteți vedea din acest exemplu, adolescenții mint pentru a se pune într-o lumină favorabilă în fața celorlalți. Joe nu a recunoscut că se droghează pentru că voia ca mama lui să-l considere în continuare fiul ideal. Adolescenții mint și pentru ca prietenii lor să aibă o impresie bună despre ei, deoarece tânjesc după acceptul societății și își doresc foarte mult să se integreze într-un

colectiv. Din acest motiv, la vârsta adolescenței, băieții mint cu privire la experiențele lor sexuale, lăudându-se în fața prietenilor. Spre deosebire de aceștia, adolescentele mint în legătură cu popularitatea lor, exagerând și dramatizându-și excesiv experiențele sau chiar simulând anumite boli pentru a atrage compasiunea și atenția colegilor și membrilor familiei. Dacă un adolescent descoperă că poate să mintă în mod repetat fără a fi prins, acesta va transforma minciuna într-un stil de viață. Deși își dă seama că acest lucru este greșit, e posibil să continue oricum cu minciuna.

Adolescența reprezintă o perioadă critică în viața unui tânăr. La această vârstă, tinerii trebuie să fie atent supravegheați de părinți și de profesori și verificați dacă mint sau nu. Persoanele cu autoritate din viața adolescenților trebuie să stabilească o serie de limite și consecințe, astfel încât să fie dificil pentru aceștia să recurgă la minciună. În caz contrar, e foarte posibil să mențină acest comportament toxic și când devin adulți.

## Capitolul 4

# Cele șapte motive pentru care mint adulții

După cum am văzut în capitolul 1, minciuna vă poate distruge viața și starea emoțională, dar poate fi și un element important al relațiilor umane, prin faptul că ne permite să funcționăm normal și să supraviețuim în societate și în lume. Așa cum am observat și în capitolul anterior, relațiile dintre adolescenți și părinți par a fi un teren fertil pentru minciună, tinerii jucându-se adesea de-a șoarecele și pisica pentru a testa limitele și a vedea cu ce fel de minciuni pot scăpa basma curată. Relațiile de cuplu pot atrage și ele „micile” înșelătorii ca un magnet, de la minciunile cu privire la prețul unei ținute sau al unui set de crose de golf și până la înșelătoriile dureroase, legate de „indiscreții” și adulter. Există și anumite ocupații care par să predisună la minciună, cum ar fi: cei care lucrează în lumea divertismentului, angajații din domeniul legal (avocații mint frecvent în numele clienților lor), jurnaliștii (unii reporteri apelează la înșelăciuni doar pentru a prezenta povești senzaționale) sau chiar polițiștii (unii pot ignora faptele, exagera sau chiar minți pentru a obține o mărturisire ori pentru a convinge pe cineva să-i ajute să prindă un infractor).

În eseul său din 1882, „Despre decăderea artei minciunii”, Mark Twain afirma că „oricine minte – în fiecare zi, în fiecare oră, treaz, în somn, în vise, la bucurie sau la tristețe”. Mulți dintre noi mințim fără să ne dăm seama. Când cineva vă întreabă ce mai faceți răspundeți în mod automat „bine”. Dar adevărul este că nu sunteți deloc „bine”. Abia reușiți să vă plătiți rata lunară a creditului ipotecar, bănuți că partenerul de viață

vă înșală, iar copilul dumneavoastră are nevoi speciale pe care nu i le puteți satisface. Dacă ați povesti oamenilor despre ceea ce simțiți cu adevărat de fiecare dată când vă întreabă ce mai faceți, ați strica o întâlnire plăcută, transformând-o într-o experiență deprimantă și stânjenitoare pentru toți cei implicați în conversație.

Câți dintre noi nu am spus cuiva că îl vom suna sau că ne vom întâlni cu el curând, deși nu am avut cu adevărat astfel de intenții? O spunem doar din complezență, pentru a fi politicoși. Dar în loc să fim politicoși, nu facem altceva decât să mințim. În mod similar, spunem unei persoane pe care nu am mai văzut-o de mult timp că arată foarte bine, când, de fapt, credem că arată groaznic, cu fața ei plină de botox și cu buzele injectate cu colagen, încât abia dacă o recunoaștem. Probabil că nu ne dăm seama de acest lucru, dar atunci când îi spunem că arată bine o mințim.

Poate cel mai bun exemplu despre ce se poate întâmpla când suntem *prea sinceri* este celebra comedie apărută în 1997, *Mincinosul mincinoșilor*, în care actorul Jim Carrey joacă rolul unui avocat de succes, obsedat de muncă și cam escroc de felul lui, care își construiește cariera pe minciunile pe care le spune cu regularitate. Acesta îi promite frecvent fiului său că va petrece timp cu el, dar mereu îl lasă baltă în ultima clipă, chiar și în ziua petrecerii de aniversare a micuțului. De ziua lui, băiatul își pune o dorință magică: tatăl său să nu mai poată să spună minciuni timp de o zi. Dorința acestuia se îndeplinește și, din acel moment, personajul lui Carrey nu poate spune decât adevărul. Prin tot ceea ce face, inclusiv atunci când recunoaște faptul că a dat vânturi într-un ascensor aglomerat, le permite celor din jur să știe exact ceea ce gândește. Astfel, avocatul îi spune unei vecine noi că sânii ei mari reprezintă motivul pentru care toată lumea o place. Îi spune unei colege că îi stă foarte rău părul, altelea că e prea grasă și unei a treia că este o femeie ușoară. Ba chiar îi mărturisește unei femei cu care își petrece noaptea că a avut parte de iubite mai pricepute în trecut.

Deși filmul este foarte amuzant, nu ar fi deloc nostim sau înțelept ca în viața de zi cu zi să le spunem tuturor ceea ce gândim despre ei. Nu am face decât să insultăm și să jignim oamenii în mod constant, iar lucrul acesta ne-ar strica reputația și, cel mai probabil, interesele. Dacă sunteți ca majoritatea oamenilor, atunci vă dați seama de faptul că toate acestea ar echivala cu o sinucidere socială. Lăsându-vă să mai reflectați la cele spuse, iată mai jos cele șapte motive pentru care mint adulții.

## 1. Minciuna spusă pentru a evita să rănim sentimentele celorlalți

Recurgerea la minciună pentru a nu răni sentimentele cuiva este foarte comic și bine ilustrată în cunoscutul episod din serialul *Seinfeld* intitulat „Copilul urât”. În timp ce Jerry, Kramer și Elaine stau aplecați deasupra unui pătuț, privind un bebeluș, în cadru apare mama acestuia, care îi întreabă: „Cu cine credeți că seamănă copilul?”. Mama se așteaptă să audă că micuțul seamănă cu ea sau cu soțul ei, și în niciun caz cu Lyndon Johnson, așa cum afirmă cu sinceritate Kramer. Jerry încearcă să repare gafa lui Kramer și spune politicos: „Nu seamănă cu Lyndon Johnson”, dar Kramer reconfirmă imediat: „Ba da”.

Într-un alt episod, Jerry și Elaine merg în Hamptons pentru a vizita o proaspătă mămică, al cărei bebeluș se pare că nu este prea arătos, dacă judecăm după expresia fețelor pe care cele două personaje o au în momentul în care privesc copilul. Mama acestuia îi întreabă: „Nu-i așa că e superb?”. Elaine face eforturi să se abțină și în cele din urmă minte: „Da, da. Superb”. Jerry afirmă același lucru, fiind de acord că bebelușul este superb, deși aspectul chinuit al feței sale ne sugerează contrariul.

Abia când rămân singuri, Elaine îi mărturisește lui Jerry că nici măcar nu s-a putut uita la copil, „pentru că arata ca un pechinez”, în timp ce Jerry îi dă dreptate, remarcând cu umor că a fost prea mult clor în fondul genetic<sup>1</sup>. Jerry și Elaine nu dezvăluie mamei ceea ce gândesc cu adevărat despre copil deoarece nu vor să o jignească și nici să strice relațiile de prietenie. În schimb, își spun adevărul atunci când rămân singuri.

Ca adulți, cei mai mulți dintre noi ne ghidăm în viață după ceea ce ni s-a spus în școală, și anume că este acceptabil să minți pentru a nu-i jigni pe ceilalți. Astfel că, atunci când vine Crăciunul și primim în dar un pulover croșetat urât sau încă o pereche de șosete caraghioase, zâmbim și mulțumim politicos, deși nu ne place cadoul. Uneori poate chiar trimitem un mesaj sau un e-mail de mulțumire, în care menționăm cât de mult ne-a plăcut darul, când, de fapt, abia așteptăm să-l facem cadou altcuiva. În mod similar, soții și iubiții inteligenți au învățat pe propria piele că nu pot fi sută la sută sinceri atunci când partenera de viață îi întreabă dacă s-a îngrășat, dacă rochia este frumoasă sau dacă noua coafură o prinde bine. Cei mai mulți dintre noi avem nevoie de asigurări din partea partenerilor și ne dorim să fie atrași de noi mereu. Prin urmare, dacă ne spun că ne-am îngrășat sau că nu le place coafura sau ținuta noastră, vom percepe aceste vorbe ca pe o jignire personală, care ne poate afecta respectul și încrederea de sine.

## 2. Minciuna spusă din motive ascunse

Oamenii nu mint doar pentru a nu jigni sentimentele celorlalți, ci și pentru a le câștiga simpatia, astfel încât să primească reacții favorabile de la aceștia. De asemenea, uneori oamenii pot minți dintr-un motiv ascuns,

cum ar fi să-și păstreze locul de muncă, să vândă un produs, sau chiar să intre în grațiile unui persoane cu care își doresc o relație. Astfel de oameni mânuiesc complimentele nesincere ca pe o armă, cu scopul de a obține ceea ce își doresc, de a avea succes sau de a câștiga un beneficiu.

În domeniul vânzărilor, prima regulă este să atragi posibilul client de partea ta. Pentru aceasta, se pare că nu există o metodă mai bună decât copleșirea acelei persoane cu cuvinte măgulitoare și complimente. De exemplu, Jeff a fost angajat ca reprezentant de vânzări, iar la început a trebuit să-l urmărească îndeaproape pe Mike, colegul său mai experimentat. După ce l-a urmărit pe Mike în acțiune, în timp ce îi adresa complimente unei cliente, lui Jeff a remarcat: „Părea că flirtezi cu ea pentru a o invita la o întâlnire, spunându-i cât de frumoasă și atrăgătoare este. Acea femeie nu putea fi numită frumoasă sau atrăgătoare decât de o persoană cu probleme de vedere și, în cel mai bun caz, era vorba de o femeie obișnuită”.

Mike i-a spus imediat lui Jeff: „Nu îmi pasă nici dacă arată ca un elan. Orice femeie este frumoasă pentru mine dacă îmi întinde cardul de credit și îmi face vânzare. Orice femeie își dorește să audă că arată bine și că este atrăgătoare, chiar dacă e vorba de o minciună. Acest lucru o face să se simtă bine și, mai ales, mă face *pe mine* să mă simt bine, crescându-mi vânzările”.

Să vă lăudați șeful, deși nu prea îl placeți, pentru a vă păstra locul de muncă, să îi spuneți unei femei că este atrăgătoare și frumoasă și că vă doriți să vă petreceți tot restul vieții alături de ea, când tot ceea ce vă doriți este să ajungeți în pat cu ea sau să vă lingușiți tatăl ca să vă împrumute mașina într-o seară – toate acestea sunt minciuni spuse pentru a obține un câștig personal.

### 3. Minciuna spusă din instinct de autoconservare

Așa cum am văzut în episoadele serialului *Seinfeld*, minciuna poate fi un element esențial în relațiile interumane. După cum reiese din filmul *Mincinosul mincinoșilor*, poate fi și un element vital pentru autoconservarea noastră. În cazul în care vreți să vă păstrați locul de muncă, nu cred că doriți să-i spuneți șefului dumneavoastră că este un porc dezgustător, deși personajul interpretat de Jim Carrey face exact acest lucru. Deoarece nu poate spune nicio minciună, acesta îi transmite șefului ceea ce crede *cu adevărat* despre el, în timpul unei ședințe la care participă toți membrii din consiliul de administrație. Îi trânteste verde în față că e un „ticălos pedant, emfatic și arogant, un moș bășinos și scandalagiu, un împruțit de doi bani”. După câteva momente de liniște, în care procesează tot ce i s-a spus, șeful izbucnește în râs, considerând că personajul interpretat de Carrey este foarte amuzant și apreciind „critica severă”. În timp ce șeful crede că e vorba de un moment distractiv, personajul lui Carrey vorbește, de fapt, foarte serios.

În viața reală, cei mai mulți angajatori nu ar reacționa pozitiv dacă ar auzi ceea ce gândiți despre ei. Dacă sunteți prea sincer la birou sau dacă vă lăsați sentimentele să iasă la iveală – în special pe cele de mânie și frustrare – e posibil să rămâneți, destul de curând, fără un loc de muncă, așa cum i s-a întâmplat lui Dave. Acesta a decis să riște și să-i împărtășească părerile sale sincere șefei lui. I-a spus că nu apreciază felul în care este tratat la serviciu, lucrând ore suplimentare fără a fi plătit, și că departamentul nu este condus în mod eficient, pierzându-se mult timp și energie pentru prostii. În momentul în care șefa sa nu a fost de acord și a încercat să ia apărarea departamentului și a modului în care ea își face treaba, Dave și-a arătat toate frustrările, ridicând vocea. Plin de afectare,

Dave a fost foarte clar cu privire la criticile sale și a sugerat cu tărie că departamentul are nevoie de schimbări, considerând că firma va da faliment dacă risipa continua. În loc să ia în considerare sugestiile sincere ale lui Dave și să facă unele schimbări pentru binele companiei, șefa s-a concentrat pe furia lui Dave și pe tonul său ridicat. Ea a comunicat îngrijorarea ei unui superior, care l-a concediat pe Dave. De fapt, Dave a fost dat afară pentru că a vorbit cu sinceritate și și-a arătat adevăratele sentimente.

Dave era șocat. Nu făcuse decât să se arate sincer și serviabil – sau, cel puțin, așa a crezut. Dar acest eveniment a reprezentat o lecție de viață pentru el. După un an fără loc de muncă și-a găsit în cele din urmă un serviciu. Și-a jurat ca din acel moment să-și țină gura și să-și facă treaba, chiar dacă îi plăcea sau nu; și-a mai promis să-și țină opiniile personale pentru el. A învățat că, dacă dorea să-și păstreze locul de muncă pentru a avea ce mânca, nu trebuia să existe sinceritate.

În anumite comunități, minciuna poate fi un element-cheie pentru autoconservare și supraviețuire. Polițiștii sunt conștienți de faptul că mulți oameni mint după ce au fost martori la o crimă deoarece propria lor viață poate fi în pericol. Martorul care „cripește” va fi văzut ca un turnător, ceea ce poate avea de multe ori consecințe grave. Cel care toarnă sau care este de partea legii nu va avea o viață lungă. Astfel că, de cele mai multe ori, oamenii vor minți și nu vor recunoaște că au văzut sau auzit ceva, în încercarea de a-și salva propria viață sau pe a celor apropiați.

Uneori, oamenii mint pentru a-și păstra o relație sau o căsnicie, așa cum a făcut și Nina. Femeii nu îi plăcea să întrețină relații sexuale cu soțul ei dimineața devreme. Pentru el, acesta era momentul preferat al zilei. Dar pentru ea era o corvoadă, deoarece încă nu era suficient de trează, nu se simțea atractivă și nu avea suficientă energie până nu își bea prima ceașcă de cafea. Dar era de acord să întrețină relații sexuale pentru că nu își dorea să distrugă echilibrul căminului sau, mai rău, să-și îndepărteze soțul și să-l

facă să-și găsească o altă femeie cu care să se bucure de sexul matinal. Astfel că a acceptat situația și s-a prefăcut, pentru a-și păstra intacte căsnicia și stilul de viață.

Cele mai frecvente minciuni ar putea fi cele pe care le spunem așa-zișilor „prieteni dușmani”, adică oamenilor pe care nu-i prea înghițim, dar cu care ne prefacem că ne înțelegem. Poate că vă aflați în același anturaj cu un astfel de „prieten” sau poate copiii dumneavoastră se joacă cu copiii acestuia, astfel că nu doriți să stricați lucrurile. În schimb, scrâșniți din dinți și mințiți cu nerușinare în timpul necesarelor și exasperantelor conversații de complezență.

## 4. Minciuna spusă pentru a crea o imagine favorabilă și pentru a evita respingerea

Motivul pentru care atât de mulți oameni mint pe Internet cu privire la greutatea, înălțimea, serviciul sau vârsta reală este acela că își doresc să-și creeze o imagine favorabilă în fața potențialilor pretendenți. Deși, în cele din urmă, vor fi nevoiți să spună adevărul, acești oameni sunt dispuși să-și asume riscul la început, doar pentru a avea oportunitatea de a comunica cu cineva și de a nu fi respinși din start.

Marie era o doamnă foarte atrăgătoare, în vârstă de 58 de ani, care arăta cu vreo 10-15 ani mai tânără. Era mândră de vârsta ei reală și a dezvăluit-o pe un site de matrimoniale, însă nu a primit niciun răspuns. Apoi a intrat pe un alt site și a mințit că are 45 de ani. Reacția a fost copleșitoare. Minciuna cu privire la vârsta ei a împiedicat respingerea inițială. Când și-a cunoscut partenerul (cu care s-a și căsătorit, în cele din urmă), a fost sinceră și și-a dezvăluit adevărata vârstă la prima întâlnire.

Deși viitorul ei soț a fost surprins, până la urmă a apreciat faptul că Marie a spus adevărul de la începutul relației lor. Mai mult decât atât, i-a mărturisit că înțelege de ce a mințit și a recunoscut că, dacă ea și-ar fi dezvăluit adevărata vârstă pe site, el nu ar fi ales-o.

Mulți oameni exagerează atunci când vorbesc despre experiențele lor, pentru a-și crea o imagine de persoane distractive și interesante în fața celorlalți. Unii fac acest lucru pe rețelele de socializare, cum ar fi Facebook, în timp ce alții aleg să-i mintă pe ceilalți în persoană, fie că este vorba despre membrii familiei, prieteni, colegi sau cunoștințe. Linda a fost într-o croazieră prin Europa alături de soțul ei, în ceea ce ea considera a fi o a doua lună de miere. Dar excursia s-a dovedit a fi un dezastru. A stat bolnavă la pat în cea mai mare parte a călătoriei, văzând porturile doar prin hubloul cabinei ei sau în pozele de pe broșurile turistice împrăștiate pe pat. În zilele în care se simțea în stare să se dea jos din pat nu făcea altceva decât să se certe cu soțul ei, întrebându-se chiar dacă mai are sens să rămână căsătoriți.

Când Linda s-a întors la serviciu și a povestit colegelor cum a fost în croazieră, nimeni nu ar fi spus că era vorba de aceeași călătorie în care fusese de fapt alături de soțul ei. Femeia a mințit, descriind frumusețea fiecărui oraș și locurile pe care le-ar fi văzut. Le-a povestit cât de gustoasă a fost mâncarea, când, de fapt, abia dacă a putut înghiți ceva. În final, s-a lăudat cu privire la cât de apropiați au devenit ea și soțul ei după această călătorie și la planurile pentru o a treia lună de miere. Dar, adevărul fie spus, singura a treia lună de miere la care va participa bărbatul va fi cea în care va merge alături de femeia cu care se va căsători după ce va divorța de Linda. Aceasta știa că prietenele ei de la serviciu vor fi nerăbdătoare să afle detaliile călătoriei la întoarcerea acesteia, iar Linda nu a vrut să le dezamăgească. Astfel că a recurs la minciună, pentru ca experiențele ei să pară de invidiat, dezvăluind detalii picante din timpul croazierei.

Ciclistul Lance Armstrong a recunoscut faptul că a continuat să mintă despre dopajul său pentru că „povestea” victimei cancerului, care a ajuns să câștige curse în mod repetat și să înființeze o fundație caritabilă pentru alți supraviețuitori ai maladiei, suna prea bine pentru public și presă și îl prezenta ca pe un om nobil și plin de eroism. În mod similar, cunoscutul jucător de fotbal din echipa Colegiului Notre Dame, Manti Te’o, a declarat că a continuat să mintă în legătură cu moartea și înmormântarea prietenei lui în ziua în care câștigase un meci (în timp ce fanii veneau să-l susțină cu cunune de flori hawaiene), deoarece i s-a părut că această poveste „sună bine” pentru admiratorii săi. În interviurile ulterioare a declarat că ar fi fost prea stânjenit să recunoască adevărul și că nu a vrut să-și dezamăgească fanii, care, în mod evident, i-au apreciat povestea. De fapt, Manti Te’o a dorit să obțină o confirmare din partea publicului, așa că, pentru a evita o situație jenantă, a continuat să mintă.

În mod frecvent, oamenii mint sau exagerează cu privire la realizările lor și omit să discute despre eșecurile lor (sau mint în legătură cu ce s-a întâmplat atunci când au eșuat) pentru a se prezenta într-o lumină favorabilă în fața celorlalți, astfel încât să nu-și rănească propriul orgoliu sau să nu afecteze percepția pe care ei înșiși sau ceilalți o au asupra propriei persoane.

## 5. Minciuna spusă pentru a evita pedeapsa

Așa cum am văzut că se întâmplă cu animalele sau cu copiii mici, o motivație puternică ce îi împinge pe adulți să mintă își are rădăcinile în încercarea de a evita pedeapsa, fie că aceasta este sub forma dezaprobării din partea celor din jur, a pierderii unui loc de muncă sau a unei

condamnări la închisoare. Tribunalele sunt pline de oameni care mint cu nerușinare cu privire la nevinovăția lor pentru a scăpa de pedeapsă. O.J. Simpson a prezentat toate semnele minciunii în timpul procesului în care a fost judecat pentru asasinarea soției sale, Nicole, și a prietenului acesteia, Ron Goldman, și, cel mai probabil, a mințit pentru că nu a vrut să-și petreacă restul vieții în închisoare (unde a ajuns oricum, în cele din urmă, pentru că a săvârșit o altă infracțiune). În mod similar, președintele american Bill Clinton a mințit în legătură cu aventura pe care a avut-o cu stagiara Monica Lewinsky, deoarece a dorit să evite pedeapsa de a-și pierde căsnicia, familia și sprijinul poporului american. Dar minciunile lui aproape că l-au costat scaunul de președinte prin suspendare.

Totuși, acest tip de minciuni nu îi caracterizează doar pe cei bogați și faimoși. Soțul lui Michelle a refuzat să-și recunoască infidelitatea, chiar și după ce aceasta l-a prins cu minciuna: desfășuratorul de la telefon arăta că acesta și-a sunat amanta, chitanțele de la cardul de credit dovedeau că a cumpărat lenjerie de damă de la firma Victoria's Secret, pe care Michelle nu a primit-o niciodată, iar facturile de la hoteluri demonstrau că a fost în excursii, dar nu cu soția sa. Soțul a continuat să mintă pentru a evita pedeapsa financiară și emoțională pe care o presupunea un divorț. În mod asemănător, un hoț înarmat și prins în flagrant (exista chiar și o înregistrare video cu el comițând infracțiunea) a negat în mod repetat că este vinovat. A negat vehement că ar fi fost în apropierea locului unde s-a comis infracțiunea pentru a evita închisoarea. Deși în cazul condamnaților la pedeapsa cu moartea există numeroase probe care le dovedesc vinovăția, cei mai mulți dintre aceștia vor merge în mormânt susținând că sunt nevinovați. Acest lucru confirmă teoria conform căreia severitatea percepută a pedepsei este direct proporțională cu tenacitatea minciunii.

## 6. Minciuna spusă pentru a proteja alte persoane

Oamenii merg departe cu minciuna pentru a proteja o persoană pe care o iubesc sau pe care o admiră. O astfel de minciună nu a fost niciodată mai evidentă decât în cazul lui Casey Anthony, o tânără mamă acuzată că și-ar fi omorât fiica. Deși instanța a declarat-o nevinovată pe Casey, mama acesteia, Cindy Anthony, de profesie asistentă, a mințit în timpul mărturiei declarând că ea este cea care a căutat pe Internet cuvântul „cloroform” pe computerul lui Casey. Cindy a afirmat că a făcut lucrul acesta deoarece bănuia că cel mai mic dintre cățeii ei s-ar fi otrăvit mâncând frunze de bambus în curtea din spatele casei. A spus că ar fi început căutarea cu cuvântul „clorofilă”, care până la urmă a condus către „cloroform”. Cindy a mai declarat că, la un moment dat, un anunț cu cuvintele „gât rupt” i-a apărut pe ecran în timp ce căuta cuvântul „cloroform”.

Dar aceste declarații s-au dovedit a fi minciuni. Superiorul ei de la spital a declarat că aceasta se afla la locul de muncă în ziua în care Cindy a spus că s-ar fi aflat acasă, la calculator. În plus, un expert criminalist în domeniul informatic din cadrul biroului șerifului din districtul Orange, Florida, a confirmat faptul că nu a existat niciun anunț cu termenii „gât rupt”, ci că cineva a căutat, în mod activ, aceste cuvinte. Minciunile evidente ale lui Cindy Anthony au fost cu siguranță motivate de dorința ei de a-și scuti fiica de pedeapsa cu moartea. Practic, aceasta a mințit pentru a salva viața fiicei sale.

Un alt caz în care cineva a fost dispus să mintă cu orice preț pentru a salva reputația și cariera unei alte persoane este cel al lui Andrew Aldridge Young, membru în echipa de campanie electorală și asistent al fostului candidat la președinția americană John Edwards. Young, la acea vreme implicat într-o căsnicie fericită și având trei copii, a declarat public că este

tatăl copilului lui Rielle Hunter, când, de fapt, era vorba de copilul lui Edwards. Îl admira și îl respecta atât de mult pe Edwards încât era dispus să-și riște reputația și să-și distrugă propria viață pentru a proteja candidatura lui Edwards la președinție și bunul său nume.

Prin contrast, a minți pentru a proteja viața cuiva poate fi un act nobil și altruist, mai ales atunci când cel care minte nu cunoaște persoana a cărei viață o salvează. Există numeroase povești cu privire la riscurile foarte mari pe care și le-au asumat oameni necunoscuți din Europa de Est a anilor '40, ascunzând evrei cu scopul de a le salva viața. Aceștia au fost adevărați eroi care și-au riscat propriile vieți, mințindu-i pe naziști pentru a salva de la moarte oameni nevinovați.

Un caz la fel de impresionant a avut loc la trei decenii după Holocaust. O casnică și profesoară de muzică din Canada, pe numele ei Judy Feld Carr, a mințit pentru a salva de la tortură și moarte mii de evrei sirieni. Folosindu-se de o identitate secretă, aceasta a mituit funcționari și a mințit autoritățile în timp ce a introdus treptat în țară și a cumpărat libertatea a aproximativ 3.000 de oameni care, datorită curajului ei, au reușit de atunci să-și întemeieze familii și să creeze o nouă generație, în timp ce duc o viață liberă și productivă.

## 7. Minciuna spusă pentru a-i motiva pe ceilalți

În anii '60, Popeye Marinarul, celebrul personaj de desene animate, le spunea copiilor că vor crește mari și puternici ca el doar dacă vor mânca spanac. Încercând să-și convingă copiii să mănânce legumele din farfurie, părinții din acea perioadă au urmat exemplul lui Popeye, spunându-le micuților că vor crește mari mai repede dacă vor mânca legume. Această

minciună probabil că a motivat mulți copii să mănânce sănătos. În mod asemănător, mulți doctori își mint pacienții pentru a-i face să nu renunțe la speranță. Aceștia pot să spună unui pacient că va merge din nou într-o zi, deși picioarele i-au fost zdrobite într-un accident. De asemenea, ar putea minți pentru a-l face pe pacient să coopereze, să spere și să facă tot posibilul să-și revină. De multe ori, aceste minciuni pozitive și motivante se transformă în adevărate profeții autoîmplinite pentru bolnav. Acesta chiar ar putea fi în stare să meargă din nou sau măcar să-și îmbunătățească starea de sănătate.

Am făcut și eu același lucru la începutul carierei mele, când lucram în domeniul deficiențelor de vorbire. La un moment dat, am avut un pacient celebru care suferise un atac cerebral ce i-a afectat capacitatea de a vorbi inteligibil. A fost copleșit de depresie, pierzându-și chiar și dorința de a trăi. Deși eram conștientă de severitatea traumei sale cerebrale, i-am spus o minciună nevinovată care a ajuns să fie motivul pentru care se trezea dimineața și lupta să treacă peste o nouă zi. I-am mărturisit că sunt convinsă de faptul că va apărea din nou pe ecran într-o zi, deși nu eram sigură că lucrurile vor sta așa. L-am asigurat că trebuia să muncească din greu la exercițiile pentru îmbunătățirea vorbirii și recăpătarea vocii, deoarece publicul își dorea nespus să-l revadă. Prin urmare, și-a dedicat fiecare clipă îmbunătățirii capacității sale de vorbire, iar progresul a fost remarcabil. După o perioadă scurtă de timp, această mare legendă a cinematografilei a reușit să apară într-un nou film, iar interpretarea sa a fost bine primită. Mai mult decât atât, a dat interviuri în mod regulat și a ținut numeroase discursuri emoționante și pline de inspirație când își accepta premiile primite. Mica mea minciună nevinovată i-a oferit speranța că în viitorul său urma ceva frumos și abia aștepta să i se întâmple. I-am oferit acel foc interior care nu l-a lăsat să-și abandoneze speranța și care i-a permis să-și revină în mod surprinzător, să învețe din nou să vorbească și să îi motiveze și emoționeze, la rândul său, pe alții.

1. Joc de cuvinte pornind de la termenul *pool*, al cărui sens de bază este acela de „bazin” sau „piscină”, și expresia *gene pool*, care înseamnă „fond genetic” (n.tr.).

## Capitolul 5

### Mincinoșii de pe Internet

Dacă doriți să cunoașteți pe cineva sau să faceți afaceri prin intermediul Internetului, atunci trebuie să fiți extrem de atent în permanență. Studiile au arătat că, în mediul online, majoritatea oamenilor mint pentru că își doresc să facă o impresie bună și să-i atragă pe ceilalți. Doresc atenția dumneavoastră pentru a-și atinge propriile scopuri cât mai repede posibil.

În cazul întâlnirilor amoroase prin intermediul Internetului, un studiu a arătat faptul că 80% din oameni mint cu privire la cel puțin una dintre caracteristicile lor fizice, cum ar fi vârsta, înălțimea sau greutatea. Femeile au tendința de a minți mai des despre vârstă sau greutate, în timp ce bărbații nu sunt sinceri când vine vorba de înălțime, ocupație, statut social sau situație financiară. Un alt studiu a demonstrat că aproximativ 30% din oameni nu sunt sinceri când încarcă o fotografie pe Internet. Având în vedere popularitatea în continuă creștere a serviciilor matrimoniale online și a rețelelor de socializare, este foarte important să știți exact cu cine comunicați, cine e sincer și cine minte. Deoarece nu aveți avantajul de a dispune de ajutor vizual sau auditiv, trebuie să vă bazați pe cuvintele și expresiile pe care le citiți.

Oamenii nu vă păcălesc pe Internet doar ca să-și sporească încrederea de sine în sfera romantică. Internetul este plin și de oameni care vă vor lua banii și vă vor goli conturile cu dragă inimă, dacă le permiteți. Uneori fac aceste lucruri doar pentru a se distra. Iată, mai jos, câteva ponturi care să

vă ajute să eliminați mincinoșii și escrocii de pe Internet și apoi să apăsați tasta *delete* pentru a-i bloca pentru totdeauna.

## 1. Sună prea bine pentru a fi adevărat

Dacă cineva vă propune o afacere care sună prea bine ca să fie adevărată, cum ar fi să faceți bani în timp ce dormiți sau să câștigați salariul pe un an în câteva luni e foarte posibil ca persoana respectivă să încerce să vă păcălească. De asemenea, dacă cineva vă spune că nu e nevoie de diplome sau experiență, acest lucru ar trebui să fie și el un important semnal de alarmă.

Ștergeți imediat mesajul primit de la cineva care vă spune despre o rudă îndepărtată care v-a lăsat milioane de dolari moștenire și vă solicită datele bancare pentru a vă trimite banii în cont. De asemenea, dacă cineva vă trimite un email prin care vă comunică faptul că a rămas fără bani și acte într-o țară străină și că doar *dumneavoastră* îl puteți ajuta, nu o faceți. Nu-i cădeți în plasă, chiar dacă vă oferă o multitudine de motive pentru care vă contactează pe dumneavoastră să-l ajutați, și nu pe altcineva. Unul dintre motivele pentru care există ambasade în alte țări este acela de a-i ajuta pe oameni în astfel de situații. E posibil să credeți că sunteți un bun samaritean dacă ajutați pe cineva la nevoie, dar dacă o faceți, veți descoperi curând că ați fost tras pe sfoară. Deși sună ridicol, ați fi surprins să aflați câți oameni din întreaga lume au fost escrocați astfel, trezindu-se cu conturile goale.

## 2. Mărturisirea prea rapidă a sentimentelor

Dacă cunoașteți un bărbat prin intermediul unui site de matrimoniale de pe Internet și acesta vă mărturisește foarte repede că vă iubește sau vă spune că își dorește să fiți mama copilului lui, atunci *fugiți*. Dorește ceva de la dumneavoastră, dar cu siguranță nu e vorba de iubire! Un astfel de escroc ar putea să vă ademenească spunându-vă că își dorește să vă vadă, dar nu poate, deoarece trebuie să mai strângă niște bani. Ceea ce vă transmite, de fapt, este că și-ar dori să-i plătiți biletul de avion. Dacă acceptați, fiți sigură că aceasta este ultima dată când veți vedea banii – sau când veți auzi de acest Romeo. Vă va lua economiile și se va face nevăzut.

În cazul în care tocmai ați întâlnit pe cineva pe Internet și vă spune că își dorește să vă ducă în Bahamas sau într-un alt loc exotic ori vă mărturisește ce planuri de viitor are cu dumneavoastră, acesta este un mare semnal de alarmă, care ar trebui să vă pună pe fugă rapid. O astfel de persoană își dorește atenție și probabil că idealizează fantezia de a avea o relație și un viitor cu cineva – cu oricine. Întâmplarea face ca dumneavoastră să fiți în acel moment trupul cald de la celălalt capăt al conexiunii de mare viteză. Afișarea unor astfel de „momeli” reprezintă un șiretlic pentru ca respectiva persoană să vadă dacă veți „mușca” și vă veți avânta cu capul înainte în această relație artificial creată și disperată. Din păcate, în mod normal, astfel de oameni dispar sau renunță rapid la o relație, iar dacă rămân, o fac doar pentru a vă mai storce de ceva bani sau beneficii. Pentru dumneavoastră s-ar putea să fie o aventură romantică, pentru acea persoană este vorba doar de un joc și de momentul prezent.

### 3. Poveștile lacrimogene și suferințele cumplite ale veșnicelor victime

Dacă ați întâlnit pe Internet o persoană care vă spune povești patetice, tragice și lacrimogene și care vă vorbește despre suferințele sale și despre banii de care are nevoie imediat pentru operația care va salva viața fiului său, cel mai probabil încearcă să vă păcălească. Dacă vă împărtășește tot felul de necazuri, deși abia vă cunoaște, atunci acea persoană speră că veți fi impresionat de nenorocirea sa și îl veți „ajuta”. În schimb, abandonați-l și ștergeți-l din listă. În plus, dacă vizualizați profilul cuiva pe un site de matrimoniale, iar acesta conține o înșiruire de suferințe tragice (persoana e orfană, a fost părăsită de tată când avea șase ani, iar partenerul de viață l-a părăsit sau a murit) e foarte probabil ca acea persoană să fie în căutarea unui om plin de compasiune și exagerat de înțelegător, de care să poată profita și de care să se agațe, pentru a o salva. Dacă sunteți atât de naiv încât să o ajutați, fiți sigur că nu se va liniști până nu veți fi în aceeași situație ca ea. O astfel de persoană caută o victimă ușoară pe care să o manipuleze, prin simpla povestire a necazurilor ei.

Un alt semnal de alarmă este atunci când o persoană vă spune că toată lumea o nedreptățește. Aceasta pare că își trăiește viața ca o veșnică victimă, în timp ce întotdeauna altcineva este de vină pentru ceea ce i se întâmplă. Dacă simțiți astfel de vibrații paranoice din partea cuiva, ascultați-vă instinctele și fiți atenți.

## 4. Multiple neconcordanțe

În timp ce încercați să cunoașteți pe cineva pe Internet, fiți atent la consecvența afirmațiilor sale. Dacă la început vă spune ceva, iar apoi vă spune altceva, chiar și într-o mai mică măsură, este destul de posibil să încerce să vă păcălească. Sociopații sunt cei care, de regulă, procedează astfel, deoarece procesele lor de gândire sunt contradictorii și difuze. Prin urmare, dacă cineva vă spune că nu are copii, iar trei săptămâni mai târziu vă informează că își duce fiul la un meci de fotbal, acesta este un semn foarte rău. Probabil că persoana respectivă are multe lucruri de ascuns, dacă atunci când îl confrunțați are una din următoarele reacții: a) dă din colț în colț; b) compune un mesaj de răspuns excesiv de detaliat și demonstrativ, care nu se potrivește cu ceea ce a spus inițial; c) devine defensiv (acest semn este unul foarte important). Dacă îi puneți acestei persoane o întrebare, iar apoi i-o adresați din nou, reformulând-o, de multe ori veți primi două răspunsuri diferite, iar acest lucru ar trebui să reprezinte un uriaș semnal de alarmă, care să vă facă să vă îndepărtați de persoana în cauză. Paza bună trece primejdia rea.

## 5. Sarcasm, obrăznicie și idei macabre

Cineva care începe o relație pe Internet având o atitudine ofensivă, făcând comentarii ostile sau agresive ori desconsiderându-vă pentru că nu sunteți de acord cu el sau pentru că nu știți nimic despre un anumit subiect este, cel mai probabil, o persoană nesigură și cel puțin insensibilă, putând suferi chiar și de tulburări emoționale. O astfel de persoană vă poate

critica profilul sau fotografia, pe un ton neprietenos. Trebuie să știți că acest gen de persoană caută cearta cu lumânarea și nu trebuie să o luați personal. De asemenea, încercați să vă provoace nesiguranță demoralizându-vă. De exemplu, ar putea spune că aveți un chip drăguț, dar că ați arăta și mai bine dacă ați slăbi câteva kilograme. Dacă îi permiteți să vă descurajeze sau vă găsiți scuze pentru felul în care arătați în loc să spuneți că sunteți mulțumit de greutatea dumneavoastră, atunci va ști care vă este punctul slab și va putea să se folosească de el pentru a vă manipula.

De multe ori, escrocii de pe Internet se vor folosi de astfel de tactici pentru „a testa” persoana cu care au de-a face, dorind să vă dea de înțeles că ei sunt șefii. Trebuie să știți faptul că, dacă tolerați ca un străin să aibă un comportament obraznic sau răutăcios, vă expuneți la o interacțiune și la o relație abuzive. În mediul online există multe persoane sadice „de bună-credință”, care sunt în căutare de masochiști sau de oameni fără personalitate care să le accepte abuzul. Acesta este procesul lor de selecție, astfel că e bine să aveți grijă.

De asemenea, ar trebui să luați foarte în serios toate aluziile la aspecte macabre, practici oculte sau forțe ale răului. Dacă cineva vă amenință, indiferent de cât de mascată este amenințarea și chiar dacă este urmată de o față zâmbitoare, fiți atenți și evitați acea persoană. O femeie pe care o cunosc a fost de acord să se întâlnească cu un bărbat pe care l-a cunoscut pe Internet și care i-a dăruit o poezie scrisă de el cu ocazia Zilei Îndrăgostiților. Acea poezie părea mai degrabă potrivită pentru Halloween, conținând câteva aluzii macabre și înfiorătoare referitoare la moarte, necrofilie și crimă. Femeia a râs și a considerat poezia foarte amuzantă. Dar când s-a întâlnit cu bărbatul față în față, nimic nu părea amuzant la el. La început, a spus câteva lucruri care i-au dat fiori femeii. Ceva mai târziu conversația a făcut-o să-i fie teamă pentru propria viață.

De fapt, i-a fost atât de frică, încât s-a scuzat pentru a merge la toaletă și a fugit pe ușa din spate, fără să privească înapoi.

## 6. Prea multe detalii

Dacă cineva vă oferă prea multe detalii plictisitoare în momentul în care îi adresați o întrebare simplă sau divulgă prea multe informații pe profilul său ori în timpul conversațiilor, atunci e posibil ca, pur și simplu, persoana respectivă să dispună de prea mult timp liber. O altă posibilitate ar fi că s-a apucat de cursuri de scriere creativă. Dacă scrie într-o formă liberă, urmându-și fluxul conștiinței, ați putea încerca să identificați câteva secrete dezvăluite fără intenție și chiar unele minciuni. Astfel că este recomandabil să fiți foarte atent la fiecare cuvânt pe care îl citiți, pentru a găsi neconcordanțe. De asemenea, dacă această persoană este extrem de sinceră și dezvăluie totul despre ea, acest lucru ar putea fi un semn că nu este în stare să stabilească niște limite și că nu dă dovadă de o judecată sănătoasă.

Profilurile false conțin, de multe ori, o mulțime de detalii și informații extrem de personale, pe care, în mod normal, oamenii nu le destăinuie la începutul unei interacțiuni. De obicei durează o anumită perioadă până să aflați lucruri intime despre cei din jur, astfel că e bine să vă gândiți la acest lucru atunci când vedeți acest gen de profiluri în mediul online (și cu siguranță le veți vedea).

## 7. Răspunsuri scurte sau prea multe întrebări

Dimpotrivă, dacă răspunsurile unei persoane conțin prea puține cuvinte, iar comunicarea este minimă, probabil că se ocupă și de alte lucruri în timp ce vorbește cu dumneavoastră. Ar putea să comunice și cu alți posibili pretendenți de pe Internet. Sau poate are lucruri mult mai rușinoase de ascuns. Acest lucru poate să reflecte pur și simplu că nu este foarte interesat de dumneavoastră. Mulți oameni ezită în momentul vorbirii, dar acest lucru nu ar trebui să se întâmple în comunicarea scrisă. Dacă acea persoană vă oferă prea puține informații despre cine este și cu ce se ocupă, probabil că are ceva de ascuns. De asemenea, dacă vă bombardează cu interogații, dar nu vă oferă răspunsuri la întrebările dumneavoastră, acest lucru reprezintă un mare semnal de alarmă. Dacă vă adresează prea multe întrebări legate de viața personală sau de locul de muncă e posibil să încerce să vadă dacă nu cumva cunoașteți ceva sau pe cineva care i-ar putea fi de folos.

## 8. Comentarii autodenigratoare spuse în glumă

Dacă o persoană spune despre ea că este o „fată rea”, pe profil sau în timpul unei conversații cu dumneavoastră, e cazul să o credeți. Vă oferă o informație importantă despre ea, așa că nu o ignorați. Nu așteptați să vedeți dacă are sau nu dreptate cu privire la autoevaluarea ei. Nu are o atitudine umilă sau amuzantă, pur și simplu e sinceră. Multe comentarii urmate de fețe zâmbitoare sunt, de fapt, adevărate și nu trebuie trecute cu vederea. Dacă cineva face un comentariu amenințător, spunând că ar putea

să se sinucidă sau să vă omoare, luați-l în serios. Chiar dacă nu e vorba de o amenințare reală, cei mai mulți oameni normali nu spun astfel de lucruri și nu glumesc în acest mod cu persoane pe care abia le-au cunoscut.

## 9. Interesul excesiv pentru situația financiară

Când citiți profilul cuiva sau vă implicați într-o conversație cu cineva din mediul online, fiți atent la cât de des face referire la bani și la aspecte de ordin financiar, cum ar fi comentarii legate de lucruri care sunt „prea scumpe”, de felul în care economisește bani sau de cât de mult câștigă. Dacă persoana respectivă pare prea interesată de bani (sau de lipsa acestora), vă transmite de fapt care este lucrul cel mai important pentru ea. Dacă menționează că își dorește ceva, dar nu își permite să-și cumpere acel lucru sau dacă vă spune că timpurile în care trăim sunt dure ori solicitante, să știți că există posibilitatea ca acea persoană să-și dorească bani sau pe cineva care să-i plătească cheltuielile ori măcar să le împartă la doi. Dacă vreodată cineva vă cere bani sau vă oferă informații legate de cum puteți avea parte de câștiguri financiare rapide, e posibil să caute drumul de acces către portofelul sau contul dumneavoastră bancar. Sfatul meu este să scăpați de o asemenea persoană, fără nicio ezitare.

## 10. Egocentrism și narcisism

Dacă fiecare propoziție a persoanei cu care vorbiți începe cu pronumele „eu”, iar comentariile sale sunt pline de referiri la propria persoană, atunci este clar că prioritatea numărul unu în viața acestei persoane este, după cum bine intuiți, chiar ea însăși. Un alt indicator al egocentrismului este profilul care conține foarte multe fotografii cu persoana respectivă. Singurul dumneavoastră rol este acela de spectator. De asemenea, dacă o conversație nu este bidirecțională, în sensul că acea persoană nu se deranjează să vă adreseze nicio întrebare despre dumneavoastră, nu este implicată activ în interacțiune și vă respinge sau vă ignoră comentariile, atunci cu siguranță nu e de bine.

## 11. Greșeli de ortografie și gramatică

Cu toții facem greșeli de ortografie și gramatică din când în când, dar atunci când mesajele cuiva sunt pline de astfel de erori, persoana respectivă ar putea suferi de unele tulburări, cum ar fi dislexia. Mulți oameni pot considera că aceasta nu este o chestiune atât de importantă, mai ales că este bine cunoscut faptul că unele dintre cele mai inteligente și creative persoane au avut această tulburare. Totuși, aceste greșeli frecvente pot fi și dovada lipsei unei educații de bază, ceea ce poate reprezenta o problemă, mai ales dacă respectiva persoană a afirmat că este absolventă de studii universitare. După cum arată unele cercetări recente, multitudinea de forme verbale incorecte poate fi o dovadă că aveți de-a

face cu un sociopat (pentru mai multe detalii cu privire la sociopați, vedeți capitolul 12).

## 12. Nume sau porecle ciudate

Numele pe care o persoană și-l alege pentru mediul online sau pentru adresa de e-mail poate reflecta felul în care respectiva persoană se vede pe sine, modul în care dorește să fie percepută de ceilalți sau ordinea priorităților acesteia. De exemplu, dacă numele sau porecla face referire la sport, dans sau călătorii, acest lucru indică faptul că persoana respectivă este foarte interesată de aceste domenii. De asemenea, dacă folosește termeni precum „model”, „superbă” sau „trăsnet”, e clar că acea persoană este foarte preocupată de felul în care arată. E la fel de posibil să denatureze adevărul cu privire la aspectul său fizic. Și cu siguranță spune despre ea că este supraponderală dacă se descrie cu termeni precum „atletică” sau „cu oase mari”, așa că nu vă lăsați păcăliți.

E interesant de observat că mulți bărbați care au fost victime ale *catfishing*-ului (mai multe detalii despre acest fenomen la finalul capitolului) au declarat că acele doamne pretindeau că sunt manechine. În realitate, după cum a declarat Nev Schulman, gazda emisiunii *Catfish* de pe postul muzical MTV, pentru un interviu din cadrul emisiunii *20/20*, atunci când cineva îți spune că este manechin, de cele mai multe ori nu este adevărat.

Persoanele care se folosesc de porecle sau terminologie de natură sexuală pe site-uri care nu au un astfel de caracter își doresc, cel mai probabil, să-și găsească un partener pentru o aventură, nefiind interesate de relații pe termen lung. Dacă porecla include cuvinte precum „diavol”,

„Lucifer”, „crimă”, „mort”, „haos” ori „teroare” sau limbaj de stradă care implică violență sau scandal, numele poate reflecta probleme de furie înăbușită sau gânduri infame. În acest caz, nu cred că vă doriți să stați în calea acelei persoane. În mod similar, dacă porecla cuiva este diferită de numele său real, e posibil să nu fie cine pretinde a fi. Ar putea fi vorba despre o persoană publică ce își dorește să rămână anonimă sau despre cineva căsătorit și interesat să ducă o viață dublă. Dacă îi adresați o întrebare cu privire la numele sau porecla sa și pare deranjată, agitată sau intră în defensivă (sau, mai rău, refuză să dea orice explicație), acesta ar putea fi momentul ideal să o eliminați din lista dumneavoastră.

### 13. Aducerea sexului în discuție din start

Foarte mulți oameni vor arunca de la început momeala, începând discuții de natură sexuală sau făcând comentarii intime pentru a vedea dacă aveți intenții similare. Dacă nu vă doriți același lucru, atunci ar fi cazul să întrerupeți discuția și să schimbați subiectul. Dacă respectiva persoană insistă, eliminați-o din listă și blocați-o. Cei care sunt cu adevărat interesați de o relație serioasă nu vorbesc despre sex de la începutul unei conversații, ci așteaptă să vă cunoască mai bine. De asemenea, trebuie să fiți atent atunci când discuția deviază brusc spre subiecte de natură sexuală, începând să semene, mai degrabă, cu o partidă de sex prin telefon sau online. E posibil ca acesta să fie un mod prin care cealaltă persoană se amuză sau se satisface sexual pe seama dumneavoastră, așa că nu vă lăsați exploatat în felul acesta. Deși pare de la sine înțeles, vă avertizez să aveți grijă ca *niciodată, indiferent de împrejurări, să nu lăsați pe cineva să vă convingă să-i trimiteți poze provocatoare sau indecente cu*

*dumneavoastră*. S-ar putea să le folosească mai târziu împotriva dumneavoastră pentru a vă stoarce de bani sau pentru a vă strica reputația.

O adolescentă nevinovată a fost victima unui astfel de „pretendent” de pe Internet, care a insistat ca fata să-i trimită o poză topless de-a ei. Pretendentul, care s-a dovedit a fi o colegă de la școală, i-a transformat fetei viața într-un adevărat iad, trimițând poza compromițătoare tuturor prietenilor ei. În consecință, victima s-a ales cu o reputație proastă la școală și a început să fie atât de agasată de persoane dubioase de pe Internet, încât a ajuns ca în cele din urmă să se sinucidă. Acest scenariu oribil se repetă de foarte multe ori, distrugând viața multor tineri (și pentru că tot veni vorba despre acest subiect, este important de menționat că trimiterea sau primirea de poze nud pe Internet este considerată o infracțiune în cazul minorilor). Așadar, părinții trebuie să supravegheze îndeaproape activitatea copiilor pe Internet și să le explice clar că nu au voie să trimită poze nud cu ei în mediul online, deoarece acest lucru reprezintă o infracțiune pentru care vor fi pedepsiți, fără ca părinții să poată face nimic.

## 14. Șantajul emoțional

Atunci când o persoană recurge la anumite tactici, în încercarea de a vă face să vă simțiți prost pentru că nu i-ați mai răspuns, nu i-ați scris suficient de repede sau nu ați comunicat cu ea mai des, înseamnă că încearcă să vă controleze emoțional, pentru a vă putea manipula mai bine. Se întâmplă prea des ca unii oameni bine intenționați și grijulii să cadă în această capcană, fiindcă nu vor să rănească sentimentele celorlalți sau dorindu-și foarte mult să se facă plăcuți. Să nu faceți această greșală.

Dacă cineva, *oricine ar fi*, mai ales dacă e vorba de o persoană pe care nu o cunoașteți sau cu care abia ați început să vă împrieteniți, vă admonestează sau încearcă să vă provoace un sentiment de vinovăție, atunci eliminați-o din listă și blocați-o cât mai repede posibil.

## 15. Fotografii mincinoase

Fiți întotdeauna atent la decor sau la mediul ambiant când priviți o fotografie. O persoană care v-a dat impresia că este bogată, dar vă trimite o fotografie realizată într-o casă sărăcăcioasă sau fără mobilă probabil că vă minte. Dacă cineva vă spune că nu are copii, dar în fotografia pe care v-o trimite se pot vedea jucării sau un cărucior, atunci e posibil să fie căsătorit și în căutare de o mică aventură.

Dacă un bărbat încarcă pe Internet poze cu el alături de alte femei, care nu fac parte din familia sa (același lucru este valabil și pentru o femeie), atunci înseamnă că este deja implicat într-o altă relație (sau în alte relații). Sau ar putea fi modul lui, nu foarte subtil, de a arăta ce fel de femei îi plac. O astfel de persoană vă transmite practic că, dacă nu sunteți la fel de drăguță ca femeile din fotografiile sale, atunci nu are sens să vă pierdeți timpul. Dacă este pe jumătate dezbrăcat sau dacă pozele sunt provocatoare, tot ce își dorește este să vă aibă ca parteneră de sex. Dacă nu are nicio fotografie, ar putea fi o persoană arogantă, foarte cunoscută sau pur și simplu ar putea avea ceva de ascuns. De asemenea, ar putea avea o părere proastă despre el, nesimțindu-se suficient de atractiv din punct de vedere fizic pentru a se expune într-o fotografie pe Internet.

Dacă fotografia pare prea profesionist realizată, dacă persoana arată *prea* bine sau dacă nu are nicio fotografie instantanee, atunci trebuie să

aveți grijă. E posibil ca fotografia să nu fie a persoanei respective. În același timp, uitați-vă și la felul în care persoana este îmbrăcată (stilul de haine, tendințele dintr-o anumită perioadă etc.), pentru că aceste detalii vă pot oferi informații despre momentul în care a fost făcută fotografia și despre vârsta reală a acelei persoane.

## Despre *catfishing* și furtul de identitate online

Richard Perry este un cunoscut producător muzical de la Hollywood. A contribuit la succesul albumelor multor staruri ale muzicii pop, inclusiv ale lui Rod Stewart, timp de decenii la rând. În prezent este de asemenea partenerul de viață al lui Jane Fonda. Dar înainte ca actrița să intre în viața lui, acest producător inteligent și talentat a fost curtat de o femeie care nu era cine pretindea că este. Miranda Grosvenor i-a spus lui Richard că este blondă, studiază la Universitatea Tulane, are o bună situație socială și financiară și lucrează ca manechin pe plan internațional, fiind originară din Louisiana. Ceea ce Richard nu știa era că Miranda le spunea același lucru și altor bărbați bogați, puternici și faimoși, cum ar fi Warren Beatty, Bono, Bob Dylan, Ted Kennedy, Robert De Niro, Rush Limbaugh, Richard Gere sau Billy Joel.

Conform unui articol din revista *Vanity Fair*, Richard Perry era atât de îndrăgostit de Miranda, încât a cerut-o în căsătorie, deși nu o întâlnise niciodată:

Obişnuiam să mă întorc acasă după ce (...) munceam în studioul de înregistrare (...). Îmi turnam un pahar de vin și luam cina în fața telefonului cu speaker, vorbind cu Miranda ore întregi (...). Nu aveam [de gând] să mai continui mult fără să o întâlnesc. Așa că i-am cerut să

vină la New York. Eram nerăbdător. Mai ales atunci când m-am întâlnit cu ea în camera ei de hotel. Și ea a dorit (...) ca toate luminile să fie stinse.

Când ochii lui Richard Perry s-au adaptat, într-un final, la beznă din camera de hotel, acesta nu a văzut-o pe frumoasa și atractiva blondă de 23 de ani la care se aștepta. În schimb, în locul unui manechin, a deslușit o femeie supraponderală și deloc arătoasă, cu o aluniță mare pe față. Richard a încheiat relația cu Miranda Grosvenor, al cărei nume real era Whitney Walton. Se pare că aceasta era o asistentă socială singuratică și plictisită din Baton Rouge, al cărei hobby era să seducă bărbați bogați și puternici, cu ajutorul vocii suave și al abilităților sale de comunicare.

Acest lucru s-a întâmplat în 1999, când încă nu exista un termen care să descrie fenomenul prin care unii oameni recurg la identități false pentru a seduce alte persoane, cu scopul de a le păcăli și a le implica într-o relație amoroasă. În America zilelor noastre, acest fenomen poartă denumirea de *catfishing*. Richard Perry a fost păcălit prin telefon, dar în prezent fenomenul de *catfishing* are loc pe Internet. Termenul *catfish* provine de la documentarul cu același nume, realizat în 2010 de Nev Schulman. Nev, de profesie fotograf, a primit un tablou în care era reprezentată una dintre fotografiile sale publicate anterior, iar autoarea tabloului era o fetiță foarte talentată în vârstă de 8 ani, pe numele ei Abby, originară din Vestul Mijlociu al Statelor Unite. Cei doi au devenit prieteni pe Facebook, iar familia lui Abby (mama ei, Angela, tatăl ei și frumoasa și talentata soră vitregă, Megan) s-a alăturat rețelei sociale la puțin timp după aceea. Astfel, Nev a început o relație la distanță, prin telefon și Internet, cu sora mai mare, Megan.

La un moment dat, cei doi au decis că venise în sfârșit timpul să se cunoască. Dar Nev a început să devină bănuitor când a descoperit că melodiile pe care Megan i le-a trimis, susținând că sunt compuse de ea, erau luate de pe YouTube. Nev a descoperit și alte afirmații false și a fost

distrus. Dar fiindcă dorea să-și continue documentarul despre găsirea iubirii pe Internet, și-a luat fratele și un prieten și s-au urcat în mașină, cu scopul de a-i face o vizită neanunțată lui Megan.

În cele din urmă, Nev a descoperit că mama lui Megan, Angela, o femeie de vârstă mijlocie, modestă și căsătorită, a cărei viață era dedicată îngrijirii a doi fii gemeni vitregi, ambii cu un grad sever de invaliditate, era, de fapt, cea care realizase tablourile și i le trimisese, și nu micuța Abby. S-a dovedit că Abby nu era deloc o artistă; de fapt, atunci când Nev a întâlnit-o pe micuță și a întrebat-o despre talentul ei la pictură, aceasta nu a știut despre ce vorbește. A ieșit la iveală și faptul că Angela avea, într-adevăr, o fiică mai mare, dar numele ei nu era Megan, iar adevărata ei fată se îndepărtase de ea de foarte mult timp. În mod evident, Megan nu era tânăra din pozele pe care le primise Nev. Totul a făcut parte dintr-un șiretlic menit să-l facă pe Nev să creadă că era implicat într-o relație cu o frumoasă tânără din Washington. Pozele cu „Megan” fuseseră pur și simplu luate de pe Internet. Când, în cele din urmă, Angela a recunoscut adevărul, a afirmat că totul a fost o fantezie cu privire la ceea ce ar fi putut fi viața ei, dacă nu ar fi făcut alegerile pe care le-a făcut.

Nev s-a gândit că termenul *catfish* ar fi potrivit pentru documentarul său după o discuție cu Vince, soțul Angelei, care i-a spus că atunci când codul viu este trimis din Asia către America de Nord, peștii care rămân inactivi în acvarii devin prea grași și molatici. Pentru a preveni acest lucru, pescarii introduc un somn<sup>1</sup> alături de peștii cod pentru a-i menține activi. Vince i-a spus lui Nev că oamenii ca soția lui sunt ca niște somni, făcându-i pe ceilalți să alerge în cerc – și de aici termenul care se referă la persoanele care, în sens figurat, îi plimbă pe ceilalți de colo colo. Termenul a devenit și mai popular din momentul în care Nev a creat o emisiune pentru postul de televiziune MTV, denumită tot *Catfish*, al cărei gazdă este și în prezent. Emisiunea aduce în centrul atenției adevărurile și minciunile din viața celor care au fost implicați în relații pe Internet.

Orice persoană vulnerabilă, singură sau în căutare de iubire poate cădea victimă fenomenului de *catfishing*. Cu ceva timp în urmă am cunoscut o fostă actriță de comedie, cândva celebră și atrăgătoare, care acum devenise o femeie de vârstă mijlocie care nu mai arăta prea bine, după ce trecuse prin mai multe divorțuri și relații nereușite cu bărbații. Într-una din zile m-a sunat să-mi spună că își întâlnise dragostea vieții – un bărbat pe care îl cunoscuse pe Facebook. Era vorba de un manechin italian de vreo 30 de ani, care provenea dintr-o familie înstărită. Mi-a mai mărturisit că nu era doar foarte arătos, ci și cel mai romantic bărbat pe care îl cunoscuse vreodată, pentru că în fiecare zi îi trimitea muzica ei preferată, poezii frumoase și imagini cu trandafiri și mesaje de dragoste. Mai mult chiar, mi-a povestit despre conversațiile lor aprinse de pe *Instant Messenger*. În plus, era foarte nerăbdătoare, pentru că bărbatul plănuia să-i trimită un bilet de avion ca să-l viziteze în Italia, unde avea de gând să o plimbe cu iahtul său personal și să o ducă să-l vadă cum joacă polo pe iarbă.

Când mi-a arătat pozele cu iahtul și cu poneiul de polo am început să devin suspicioasă, mai ales pentru că nici el, nici altcineva nu se afla pe iaht sau în apropierea iubitului și prețuitului ponei al manechinului italian. Mi s-au părut a fi niște poze standard, pe care oricine le poate lua de pe Internet. Dar în momentul în care l-am văzut pe „Giovanni” în poze, am știut cu siguranță că totul e o mare păcăleală. Am exclamat fără să vreau: „O, Doamne!”.

„Vezi? Ți-am spus că e superb”, a chicotit ea.

„Îmi pare rău că trebuie să fiu eu cea care îți dă vești proaste”, i-am spus cu milă, „fotografiile astea sunt cu Gabriel Aubry, manechinul canadian și tatăl copilului lui Halle Berry. Draga mea, ai fost înșelată!”.

E de la sine înțeles că fosta actriță a rămas consternată și stânjenită. Niciun alt prieten nu îi spusese cine e bărbatul din fotografii. Poate că

într-adevăr nu știau sau poate că au omis să-i dezvăluie adevărul, însă eu am ales să i-l spun.

Talentatul și cunoscutul fotbalist al echipei Notre Dame, Manti Te'o, a fost și el stânjenit să recunoască faptul că fusese victimă a *catfishing*-ului, mai ales atunci când totul a fost dezvăluit în presă. Se pare că tânărul jucător fusese implicat într-o relație romantică de lungă durată pe Internet cu o fată numită Lennay Kekua. Manti a încercat de mai multe ori să o cunoască în persoană, dar aceasta anula mereu întâlnirea în ultima clipă. Din nefericire, fata a murit înainte ca cei doi să aibă ocazia să se întâlnească.

La început, Manti era prea naiv și prea preocupat de cariera sa și de școală pentru a-și da seama că este păcălit. În plus, începea să se îndrăgostească de Lennay. Chiar și atunci când fata i-a spus că avusese un accident de mașină și era în spital, el tot nu a bănuț nimic. În definitiv, când vorbeau la telefon, în fiecare seară, cât timp ea a fost în spital, putea să-i audă respirația. Mai târziu, Manti le-a spus reporterilor că a rămas la telefon cu Lennay toată noaptea pentru că ea i-a spus că acesta este singurul lucru care ar putea-o ajuta să adoarmă și să se refacă, prin urmare așa a făcut.

Într-una din zile, Manti a primit un telefon de la o persoană care pretindea că este purtătorul de cuvânt al familiei lui Lennay și care i-a transmis că fata murise. I s-a spus să nu vină la înmormântare pentru că mama lui Lennay nu dorea ca el să fie acolo. Manti a fost de acord, mai ales că nu își dorea ca prima și singura dată când o vedea pe Lennay aceasta să zacă într-un sicriu. Deși nu o cunoscuse niciodată în persoană, Manti a fost distrus de pierderea fetei. Și-a dat seama că fusese o victimă a *catfishing*-ului când a primit un telefon de la o femeie a cărei voce era identică cu cea a lui Lennay, care i-a spus „Manti, sunt eu”, la trei luni *după* ce aceasta murise.

Când a descoperit că această femeie nu era reală și că a fost mințit, Manti nu a vrut ca ceilalți să-l considere nebun pentru că se îndrăgostise de o femeie pe care nu o întâlnise niciodată. Astfel că și-a mințit familia și prietenii, spunându-le că a avut o relație adevărată cu Lennay și că o cunoscuse cu mult înainte ca fata să moară. Prin urmare, Manti era acum mincinosul. I-a fost prea rușine să spună adevărul despre modul în care fusese păcălit, așa că a mințit familia, prietenii și jurnaliștii în legătură cu relația lui și cu prietena lui fictivă.

În cele din urmă, Manti și-a recunoscut public povestea. După spusele lui, un bărbat pe nume Ronaiah Tuiasosopo i-a mărturisit că el, împreună cu încă un bărbat și o femeie erau responsabili pentru întreaga farsă. Ronaiah a participat chiar și la emisiunea *Dr. Phil Show* pentru a-și cere scuze față de Manti Te'o, afirmând că este posibil să fie homosexual și îndrăgostit de jucătorul de fotbal.

Morala acestei povești este următoarea: atunci când aveți o relație prin Internet sau prin telefon, *întâlniți-vă cu acea persoană cât mai repede posibil*. Dacă nu beneficiați de resursele logistice sau financiare necesare, intrați imediat pe Skype și asigurați-vă că vedeți cu cine aveți de-a face. Dacă respectiva persoană găsește scuze și anulează întâlnirea, ar putea fi un mare semnal de alarmă că trebuie să vă retrageți din această relație. Amintiți-vă că oricine poate fi o victimă a *catfishing*-ului, indiferent de cât este de bogat, talentat, inteligent sau faimos.

## Dacă lucrurile nu arată bine sau nu sunt scrise bine... atunci nu e bine!

Dacă simțiți că ceva nu e în regulă sau mesajele nu sună cum trebuie, este foarte posibil *să fie ceva rău*. Nu încercați să găsiți explicații pentru ceea ce citiți sau vedeți pe Internet și nu încercați să interpretați mesajele primite pentru a vi le reprezenta într-o lumină diferită sau mai favorabilă. Luați lucrurile pe care le citiți sau le vedeți online așa cum sunt, nu așa cum vă doriți să fie. Și mai presus de orice, învățați să aveți încredere în propriile instincte, așa cum veți vedea în capitolul următor.

1. *Catfish* (engl.) (n.tr.).

## Partea a II-a

# Detectarea minciunii

Această secțiune pune accentul pe importanța încrederii în propriile instincte. Pe măsură ce veți învăța să ascultați micile semnale emise de propriul corp, acestea vă vor spune când ceva este în neregulă. Veți descoperi importanța contextului atunci când trebuie să vă dați seama dacă o persoană minte sau dacă există o altă cauză, mai puțin gravă, care stă la baza indiciilor suspecte oferite de mișcările trupului sau de voce.

Veți descoperi care este profilul unui mincinos și veți învăța cum să analizați cele patru componente ale comunicării unui mincinos: expresiile feței, limbajul trupului, caracteristicile vocii și cele ale discursului. În cele din urmă, veți observa semnalele vizuale specifice (mișcările faciale și ale trupului) pe care le-au transmis unele persoane publice când au mințit. De asemenea, veți citi prezentări detaliate despre ce au spus și, mai ales, despre cum au spus-o. Semnele specifice ale înșelătoriei se vor întipări adânc în memoria dumneavoastră, în așa fel încât să le puteți identifica ușor atunci când le observați la cei din jur.

## Capitolul 6

### Instinctele și contextul

Larissa și-a dorit întotdeauna să aibă propriul ei *talk-show* la radio. Într-o zi l-a întâlnit pe Steve, un bărbat care pretindea că lucrează în industria divertismentului și că știe foarte multe lucruri despre radio. Acesta i-a spus că are foarte multe cunoștințe și i-ar putea face rost de o emisiune de largă audiență cât ai spune pește. A sfătuit-o să nu-și piardă vremea cu emisiuni gratuite la posturi de radio de pe Internet, garantându-i că va câștiga 100.000 de dolari în primul ei an de radio, dacă se lasă pe mâna lui. Tot ce trebuia să facă Larissa era să îi dea lui Steve 2.000 de dolari pentru a-i face o casetă demo, pentru a da niște telefoane și pentru a călători la întâlnirile la care urma să o reprezinte.

Deși, pe de o parte, era foarte entuziasmată, pe de alta, și-a spus că totul suna prea frumos pentru a fi adevărat. În plus, ceva îi dis plăcea profund la acest om. Cu obezitatea sa morbidă, cu pielea în exces atârându-i la gât și cu capul său ras și diform, Steve nu era tocmai cel mai atrăgător bărbat. Mai era ceva la Steve care îi spunea Larissei să stea la distanță, și anume senzația că ceva nu se lega în privința lui. Dar și-a alungat aceste gânduri și chiar s-a muștrat pe ea însăși, considerându-se superficială pentru că l-a judecat după felul în care arăta.

Dacă ar fi cunoscut semnalele transmise de limbajul corporal al lui Steve, Larissa ar fi fost mai circumspectă și ar fi observat mai ușor strângerea de mână umedă și lipicioasă, mișcările lente și teatrale, discursul său plictisitor și monoton sau lipsa contactului vizual. Și-ar fi dat seama că toate acestea sunt posibile semne ale unui mincinos.

Simțurile Larisei au detectat anumite informații cu privire la Steve, iar sistemul limbic din profunzimea creierului său a transformat toate aceste date în senzații și instincte puternice. Aceste sentimente negative au fost mai apoi reflectate sau exprimate la nivelul corpului ei, sub forma unor bătaii rapide și bruște ale inimii, a unei îmbujorări în obraz sau a unor dureri de stomac. În momentul în care a ales să nu țină seama de ceea ce îi transmitea trupul ei despre Steve, Larissa a plătit pentru greșeala sa, rămânând fără 2.000 de dolari în buzunar. Când a descoperit că fusese păcălită de un escroc, s-a învinuit pentru că nu și-a ascultat instinctele inițiale. A știut că fusese trasă pe sfoară atunci când Steve a început să găsească mereu fel de fel de scuze și să mintă cu privire la diverse întâlniri promise, pe care nici măcar nu avea de gând să le stabilească vreodată. Larissa nu mai reușea să dea de el la telefon, iar, în cele din urmă, Steve și-a schimbat și numărul.

Nu este de mirare că această tânără nu a fost singura victimă a lui Steve. Din pură întâmplare, Larissa a cunoscut-o pe Kari, o altă femeie păcălită de acesta cu câțiva ani în urmă. La rândul ei, Kari i-a povestit Larisei despre *alte* patru femei care au căzut în plasa minciunilor lui Steve. Astfel, Larissa și-a dat seama că a fost norocoasă pentru că a pierdut doar 2.000 de dolari, celelalte victime înregistrând pagube mult mai mari. În aceste circumstanțe, mesajul important către dumneavoastră este *să aveți mereu încredere în propriile instincte*. Acestea acționează întotdeauna în interesul dumneavoastră și sunt corecte în cele mai multe dintre cazuri. Nu ignorați niciodată o tresărire în stomac, o senzație neplăcută sau orice alt semnal prin care trupul dumneavoastră vă transmite, cu voce tare sau în șoaptă, că nu ar trebui să faceți un anumit lucru.

Fiiți atenți la toate schimbările fizice bruște ale trupului dumneavoastră, precum și la toate senzațiile negative resimțite. Încercați să vă dați seama exact ce simțiți. Nu ignorați și nu negați aceste semnale

de alarmă, crezând că nu aveți dreptate și că judecați greșit pe cineva sau atribuind celorlalți trăsături pozitive pe care nu le au. S-ar putea să confundați dorințele cu realitatea atunci când îi vedeți pe cei din jur așa cum v-ați dori să fie, și nu așa cum sunt ei cu adevărat.

## Sunteți cu adevărat atent?

Dacă un anumit lucru sună a păcăleală sau dacă vi se pare că cineva minte înseamnă că sunt șanse mari să fie vorba de o înșelătorie. Cu toate acestea, înainte să trageți concluzia că o anumită persoană minte, trebuie să vă opriți, să priviți și să ascultați cu atenție, exact așa cum faceți când treceți strada și sunteți atent la mașini. Același lucru este valabil și atunci când încercați să identificați semnele minciunii.

Trebuie să fiți foarte atent la fețele oamenilor atunci când vorbiți cu ei și le adresați întrebări, căutând cu grijă indiciile minciunii. De asemenea, trebuie să le observați cu minuțiozitate limbajul și mișcările trupului, deoarece și acestea vă pot spune dacă o persoană vă minte sau nu. Apoi, trebuie să ascultați cu atenție tonul vocii lor și să observați conținutul și caracteristicile reale ale discursului acestora.

## Contextul este esențial

Să presupunem că iubitul dumneavoastră, Jack, se tot trage de nas și se scarpină în timp ce vă povestește despre noul lui câine. Vă dați seama că

trasul de nas și scărpinatul pot fi semne ale înșelătoriei, dar poate că Jack nu minte deloc. Tot ceea ce spune și face Jack trebuie analizat în contextul adecvat. Iar primul lucru pe care trebuie să-l luați în considerare când analizați contextul este *nivelul de referință* – adică felul în care cineva se comportă atunci când spune adevărul. După ce ați stabilit acest lucru, tot ceea ce spune sau face acea persoană poate fi evaluat în funcție de acest nivel de normalitate.

Jack ar putea să se tragă de nas și să se scarpine pe brațe din cauza unei alergii, și nu pentru că spune o minciună. O altă posibilitate ar putea fi ca Jack să fie neliniștit atunci când vorbește despre câine. După mai multe întrebări, ați putea să vă dați seama că Jack are, de fapt, un pui de câine care l-a mușcat și este îngrijorat că ar putea să-i muște și pe copiii lui sau pe ai vecinului.

Pe de altă parte, să presupunem că nu l-ați mai văzut pe Jack scărpinându-se sau trăgându-se de nas până acum. Să spunem că îl întrebați unde a fost cu o noapte înainte. Dintr-odată îl vedeți cum începe să se tragă de nas atunci când vă povestește că a fost acasă la prietenul lui, Joe. Îl observați cum se scarpină în timp ce vă relatează amănunțit ceea ce au făcut în seara respectivă, abătându-se frecvent de la subiect și oferindu-vă prea multe informații. În acest context, trasul de nas și scărpinatul ar putea avea o cu totul altă însemnătate. Este posibil ca Jack să nu fi fost cu Joe până la orele dimineții, ci cu o altă femeie.

Astfel, contextul afirmațiilor sau acțiunilor cuiva – mai precis, nivelul său de referință – este esențial în momentul în care încercați să descoperiți o minciună.

Când ciclistul Lance Armstrong a fost rugat să vorbească despre cei doi copii gemeni și despre familia sa în timpul unui interviu, acesta nu și-a ținut buzele, nu a arătat acuzator cu degetul și nici nu a adoptat un ton defensiv. Dar când interviul a luat brusc o altă întorsătură și Lance a fost întrebat, în mod direct, dacă s-a dopat vreodată sau dacă a consumat

droguri în timpul vreunei curse, buzele sale ȱuguiate, degetul său ridicat acuzator și tonul său defensiv au spus totul. Acesta este un alt exemplu perfect pentru a ilustra modul în care nivelul de referinȱă al unei persoane vă poate ajuta să intuiȱi că sunteȱi minȱiȱi.

## Capitolul 7

# Limbajul trupului la un mincinos

În momentul în care analizați limbajul corporal al unui mincinos, trebuie să dați mare atenție tuturor schimbărilor și mișcărilor ce au loc la nivelul respirației, pielii, posturii sau poziției, brațelor, mâinilor, palmelor sau picioarelor. În acest capitol veți descoperi indiciile specifice ale limbajului trupului care vă vor dezvălui dacă cineva este lipsit de onestitate.

## Schimbările de respirație

De multe ori, schimbarea respirației este primul lucru pe care îl veți observa atunci când cineva minte. De regulă, oamenii calmi și relaxați respiră în așa fel încât puteți să observați cum abdomenul lor se mișcă în sus și în jos, pe măsură ce aerul le intră și le iese din plămâni; abdomenul li se ridică atunci când inspiră și devine plat când expiră. Dar dacă o persoană minte sau dă dovadă de un comportament înșelător, abdomenul nu i se va mișca în sus și în jos, ci veți observa cum își ridică și coboară partea superioară a pieptului și umerii.



Fotografia 7.1: Lance Armstrong în timpul interviului luat de Oprah, cu umerii încordați și respirația la nivelul părții superioare a pieptului. Credit foto: Getty Images Entertainment

De multe ori se poate observa o încordare la nivelul părții superioare a pieptului, fapt ce indică o stare de anxietate. Acest tip de încordare a fost evident în timpul interviului din emisiunea lui Oprah Winfrey în care Armstrong a recunoscut că s-a dopat. Deși părea sincer cu privire la multe dintre lucrurile pe care le dezvăluia, uneori, atunci când respira, încordarea din umerii săi se putea observa cu ochiul liber. Este posibil ca în aceste momente să nu fi răspuns cu sinceritate absolută la întrebările pătrunzătoare ale lui Oprah.

Când cineva încearcă să înșele, îl veți vedea adesea umflându-și brusc obraji în timp ce expiră. Persoana respectivă nu face altceva decât să se oxigeneze. Sistemul său nervos autonom este suprasolicitat, din cauza unei acumulări bruște de dioxid de carbon. Prin urmare, inspiră imediat o cantitate mare de aer pe care apoi o eliberează, pentru a restabili echilibrul. Acest lucru îl ajută pe mincinos să-și recapete autocontrolul, în timp ce elimină tensiunea acumulată din cauza minciunii. Astfel, eliminarea unei cantități mari de aer în momentul expirării este, de multe ori, un semn clar prin care putem identifica un mincinos.



Fotografia 7.2: O.J. Simpson eliminând cu putere aerul din piept în timpul procesului din Las Vegas, în care a fost acuzat de furt, tâlhărie și ultraj. Credit foto: Daniel Gluskoter, Splash News

În fotografia 7.2, îl putem vedea pe O.J. Simpson la Centrul de Justiție Regional al Districtului Clark din Las Vegas, în cea de-a doua zi de selecție a juriului pentru procesul său din 2008, când a fost acuzat de furt, tâlhărie și ultraj. Puteți observa pieptul său ridicat și mărit în timp ce își alimentează plămânii cu aer și obrajii umflați în timp ce se pregătește să expire, cel mai probabil, pentru a se elibera de stresul și tensiunea copleșitoare. Această fotografie a fost făcută în ziua în care erau aleși jurații.

Având în vedere experiența sa anterioară în instanță, dobândită în timpul proceselor penale și civile în care a fost acuzat de moartea lui Nicole Simpson și a lui Ron Goldman, cu siguranță Simpson era foarte conștient de importanța pe care selecția juriului o avea asupra sentinței finale. Respirația sa bruscă, observată la nivelul superior al pieptului, și

eliminarea puternică a aerului ilustrează nivelul de stres la care era supus în timpul procesului de alegere a juraților.

## Schimbările de la nivelul pielii

Când oamenii mint, se pot observa adesea transformări la nivelul pielii lor, cum ar fi schimbarea culorii sau prezența transpirației. Persoanele cu o piele mai deschisă la culoare se pot îmbujora, înroși sau păta. De obicei, roșeața apare pe față, obraji sau nas, dar se poate întinde uniform și pe toată fața, de la frunte până la gât sau chiar până la urechi. Roșeața și îmbujorarea pot varia de la nuanțe de roz deschis până la roșu închis. Această schimbare de culoare este rezultatul unei cantități mai mari de adrenalină și al transformărilor simultane ce au loc la nivelul vaselor mari de sânge și al capilarelor. Persoanele cu o piele mai închisă la culoare pot căpăta nuanțe palide sau cenușii.



Fotografia 7.3: Fostul senator și candidat la președinția Statelor Unite John Edwards, îmbujorat și transpirat (două semnale ale înșelătoriei) – și chiar zâmbitor – în fotografia-portret de după arestare. Credit foto: Splash News

Mai sus îl putem vedea pe fostul senator și candidat la președinția Statelor Unite John Edwards, în fotografia-portret realizată după ce a fost arestat pentru acuzația de fraudă financiară. Minciuna pe care o spune în această poză este că e fericit și că totul este în regulă. Deși zâmbește, zâmbetul său este unul fals (mai multe detalii despre zâmbetul fals în capitolul 8). „Fericirea” sa este dezmințită de pielea feței sale, închisă la culoare și pătată și de părțile laterale ale gâtului (în fotografia originală color, îmbujorarea este mult mai evidentă, fața având o nuanță rozalie spre roșu).



Fotografia 7.4: Lance Armstrong cu pielea de pe nas, obraji, gât și urechi închizându-se la culoare brusc (în fotografia originală, înroșindu-se) în momentul în care i se adresează o întrebare cu privire la dopaj.

Credit foto: Jennifer Lorenzini/Splash News

Puteți să observați roșeață și pe urechile, nasul sau obrajii unui mincinos, atunci când acesta simte că minciuna sa este pe cale de a fi dezvăluită. Deși pielea lui Lance Armstrong este bronzată, roșeața contrastantă ce i se putea observa, în timpul interviului, pe urechi, părțile laterale ale gâtului, nas și chiar pe buze a dat de gol schimbarea bruscă ce a avut loc la nivelul sistemului său nervos autonom și circulația sangvină crescută corespunzătoare. Concomitent cu îmbujorarea pot apărea brusc și vene proeminente pe frunte, acestea mărindu-se din cauza tensiunii arteriale și a fluxului sangvin crescut.

### *Transpirația*

Transpirația de la nivelul feței poate fi și ea un indicator al înșelătoriei. De multe ori, transpirația va apărea pe frunte, nas, obraji, bărbie sau deasupra buzei superioare. În fotografia lui John Edwards, puteți observa evidenta apariție a transpirației pe față în timp ce zâmbește în poza făcută după

arestare. Transpirația de la nivelul feței este rezultatul căldurii produse de corp, care este responsabilă și pentru roșeața și îmbujorarea ce apar în același timp. Corpul încearcă să se răcorească și, din acest motiv, transpirația este eliminată prin porii pielii de pe corp și față.



Fotografia 7.5: Transpirația vizibilă pe buza superioară, fruntea, obraji și părțile laterale ale nasului președintelui Bill Clinton, în timp ce minte poporul american cu privire la relația sa amoroasă cu Monica Lewinsky. Credit foto: Joyce Naltchayan/Getty Images

Deoarece mușchii de la nivelul buzei superioare se încordează în timp ce o persoană minte, este un lucru obișnuit să observăm picături de transpirație acumulându-se în acea zonă. În mod frecvent, acesta este un semn clar al faptului că respectiva persoană minte. Deși cu toții am observat furia președintelui Clinton în timp ce arăta acuzator cu degetul, puțini au fost cei care au putut să se apropie suficient de mult pentru a vedea faptul că acesta transpira abundant în timpul discursului. Dacă priviți cu atenție această fotografie, veți putea observa picăturile de transpirație ce strălucesc pe buza sa superioară.

Președintele Clinton nu a fost singurul care a transpirat în timp ce mințea. Chiar și atunci când nu pedala, Lance Armstrong transpira din belșug în timpul interviurilor pe care le dădea. În 2006, într-un interviu

pentru rubrica „Outside the Line” de pe site-ul ESPN.com, picăturile de transpirație de pe buza sa superioară au putut fi observate foarte bine pe întreaga durată a discuției, în timp ce sportivul mințea că nu a consumat substanțe care să-i sporească performanța.

Același indiciu incriminator al transpirației de la nivelul buzei superioare a trezit suspiciunea Dianei Dean, inspector în cadrul serviciului vamal al Statelor Unite, cu privire la Ahmed Ressam, cunoscut și sub numele de „teroristul mileniului”. Ressam a încercat să treacă granița Statelor Unite prin Canada, în luna decembrie a anului 1999, la bordul unei mașini care conținea elemente din care se fabrică o bombă. Pe feribotul dinspre British Columbia spre Port Angeles, Washington, inspectorul Dean efectua interogatoriul de rutină al pasagerilor. Ceea ce a îngrijorat-o la Ressam au fost picăturile de transpirație care i-au invadat zona buzei superioare. I-a rugat imediat pe colegii ei să percheziționeze mașina acestuia, unde a fost găsită materia primă necesară pentru confecționarea unei bombe. Dacă Diana Dean nu ar fi observat picăturile de transpirație ale lui Ressam, ar fi putut avea loc un atac terorist foarte serios pe teritoriul Statelor Unite.

## Schimbările posturii corpului

Atunci când oamenii sunt implicați în acte de înșelătorie, se pot observa schimbări bruște ale poziției corpului acestora. Astfel, mincinoșii vor avea o postură mai rigidă și ambii umeri vor deveni crispați și îndreptați spre înainte. De asemenea, pot lăsa capul în jos cu o mișcare ușoară înainte. Conform rapoartelor poliției din Los Angeles, în februarie 2009, înainte de a participa la ceremonia Premiilor Grammy, rapper-ul Chris Brown a

atacat-o pe iubita sa, Rihanna Fenty, după ce a încercat să o împingă din mașină. Ulterior, acesta a fost arestat, fiind acuzat de violență domestică. În aprilie 2009, când a apărut în fața instanței, Brown a susținut că este nevinovat, dar limbajul trupului său a arătat exact contrariul.

Când s-a prezentat în fața judecătorului de la tribunalul din Los Angeles, Chris Brown, de felul său un bărbat infatuat și lat în umeri, arăta cu totul diferit. Brusc, avea umerii lăsați, capul plecat și privirea în pământ, așa cum puteți observa în fotografia 7.6. Postura sa arată faptul că este rușinat și vinovat.



Fotografia 7.6: Chris Brown declarându-se nevinovat în timp ce postura corpului său îi demonstrează vinovăția. În urma unei înțelegeri prin care a obținut eliberarea condiționată, Brown s-a declarat vinovat de atacul asupra Rihannei. Credit foto: Pooled Pictures/Splash News

O schimbare similară de postură a putut fi observată în momentul în care fotbalistul echipei Notre Dame, Manti Te'o, a mințit în timp ce vorbea despre prietena lui imaginară, înainte ca scandalul să se dezlănțuie.

În timpul unui interviu acordat lui Kate Sullivan de la WBBM, post din Chicago afiliat CBS, s-a putut observa cum corpul său era încordat, iar umerii ridicați au devenit rigizi. Deși a declarat că nu are nimic de-a face cu farsa care i s-a făcut, postura sa, cu umerii lăsați și capul aplecat înainte, asemenea unei broaște-țestoase, arăta că încă nu spunea adevărul. Cel mai probabil, acesta a continuat să mintă cu privire la prietena sa imaginară care a decedat, chiar și după ce farsa a fost demascată. Limbajul trupului său arăta de asemenea faptul că se simțea rușinat că a fost prins cu minciuna.

Unul dintre motivele pentru care mincinoșii adoptă această poziție aproape fetală este acela că se simt vulnerabili din punct de vedere emoțional și/sau stânjeniți. Prin urmare, acești oameni se micșorează la propriu, ocupând mai puțin spațiu și arătând că se simt „mici” din punct de vedere emoțional. În același timp, acesta este modul instinctiv al corpului de a se proteja. Prin urmare, atunci când prindeți pe cineva cu minciuna, veți observa cum adoptă această poziție cocoșată, similară unui făt sau unei țestoase. Am observat această schimbare de postură atunci când Barry Bonds a fost prins mințind prin omisiune la o conferință de presă. Deși a vorbit foarte puțin despre cazul său de consum de steroizi, limbajul protector al trupului său a spus totul.

Puteți observa aceeași poziție aplecată în fotografia lui John Edwards din dosarul de la poliție. De obicei, Edwards stătea drept ca bradul, cu umerii trași spre spate și capul sus, plin de încredere în sine. Dar în această fotografie îl vedem cu umerii rotunjiți și aplecați spre înainte. Limbajul trupului său reflectă rușine și tristețe. Corpul lui Edwards este cel care ne spune de fapt adevărul – acela că senatorul nu este deloc fericit, ci se simte rușinat și abătut din cauza arestării sale și a acuzației de fraudă din timpul campaniei electorale.



Fotografia 7.7: Fostul candidat la președinția Statelor Unite John Edwards, cu umerii aplecați, în fotografia-portret din dosarul de la poliție.

Credit foto: Splash News

Când o persoană își pierde încrederea în sine, de multe ori puteți observa cum poziția sa se schimbă, ghemuindu-se ca un făt. Această schimbare este foarte evidentă la persoanele condamnate în urma săvârșirii unei infracțiuni, acestea transformându-se din indivizi care merg drept și țănoș, plini de infatuare și siguri pe sine în persoane cu umerii lăsați, cu o postură asemănătoare cu a unei broaște-țestoase și capul plecat, pe măsură ce încep să realizeze că nu vor scăpa nepedepsiți. La început, când antrenorul echipei de fotbal a Penn State University, Jerry Sandusky, a fost acuzat de pedofilie, poziția dreaptă a corpului și capul său ridicat spuneau lumii că acesta era convins de faptul că nu i se va întâmpla nimic și că va reuși să scape de acuzații. Dar, pe măsură ce timpul trecea și din ce în ce mai multă lume dădea declarații împotriva acestuia, Sandusky a început să aibă o poziție tot mai aplecată și asemănătoare unei broaște-țestoase. Sentimentele sale de vinovăție (sau

cel puțin anxietatea dată de faptul că a fost prins) trebuie să fi fost de nesuportat când și-a dat seama că va trebui să răspundă pentru acțiunile sale îngrozitoare. În cele mai recente fotografii și înregistrări din timpul unei audieri ce a avut loc după pronunțarea sentinței (cu privire la o posibilă rejudecare a cazului, care i-a fost respinsă), deși acesta continuă să se declare nevinovat, limbajul și postura trupului său ce indicau vină și înfrângere îl contrazic.

De multe ori, această postură corporală cu umerii aplecați reprezintă un indiciu și pentru polițiști în timpul interogării martorilor. Aceștia își dau seama că au motive să devină mai direcți și să continue cu întrebări mai amănunțite.

### *Umerii ridicați cu nepăsare*

Când o persoană ridică brusc din umeri în momentul în care vorbește despre o chestiune importantă sau răspunde la o întrebare directă e foarte posibil să vă mintă. Fostul jucător de baseball din Major League<sup>1</sup> Barry Bonds ridică de multe ori din umeri în timpul conferințelor de presă, refuzând să răspundă (mințind prin omisiune) la întrebările reporterilor legate de consumul de steroizi. Deoarece a mințit pe cine nu trebuia – în primul rând, pe procurorii federali –, Bonds a fost adus în fața instanței cu patru capete de acuzare pentru fals în declarații și unul pentru obstrucționarea justiției în timpul unei investigații guvernamentale. În 2011, Bonds a fost condamnat pentru acest din urmă cap de acuzare, deoarece a oferit un răspuns evaziv la o întrebare în timp ce se afla sub jurământ. Din cauza minciunilor sale, lui Barry Bonds i s-a refuzat accesul în Baseball Hall of Fame<sup>2</sup>.

O altă persoană ale cărei minciuni în instanță au fost mai mult decât evidente este O.J. Simpson. În timpul ședinței pentru pronunțarea sentinței, ce a avut loc într-un tribunal din Las Vegas, O.J. Simpson s-a

ridicat în picioare, cu cătușe la mâini, și și-a cerut iertare pentru faptele sale. În același timp, și-a înclinat capul într-o parte și a ridicat din umeri, după cum se poate vedea în fotografie. Aceste gesturi sugerează faptul că scuzele sale nu au fost prea sincere. Mai exact, Simpson a ridicat din umeri în timp ce spunea: „Nu am vrut să-l rănesc pe niciunul dintre acei oameni”. Aceasta arată că de fapt exact aceasta a fost intenția sa când a intrat în camera de hotel a persoanelor respective, cu o armă în mână, pentru a recupera ceea ce el considera că îi aparține.

Președinta completului de judecată, judecătoarea Jackie Glass, și-a dat seama că părerile de rău ale lui O.J. Simpson nu erau altceva decât o încercare de manipulare, în speranța obținerii unei sentințe mai ușoare. Aceasta i-a respins scuzele fără ezitare, spunându-i lui Simpson că ceea ce a făcut a fost „mai mult decât o prostie” și condamându-l, în cele din urmă, la 15 ani de închisoare.



Fotografia 7.8: O.J. Simpson ridicând din umeri și cerându-și scuze în timpul ședinței pentru pronunțarea sentinței. Copyright: Getty Images

## *Retragerea*

Uneori, când oamenii își dau seama că au fost prinși cu minciuna, întregul lor corp se trage înapoi în mod brusc, automat și necontrolat. Mincinosul este, efectiv, „dat pe spate” de faptul că minciuna sa a fost descoperită.

Spatele mincinosului este, literalmente, „prins la perete” în timp ce face o mică săritură sau o mișcare bruscă înapoi. Într-un interval foarte scurt, postura sa devine rigidă și dreaptă. De asemenea, încordarea de la nivelul gâtului și umerilor este vizibilă, așa cum se poate observa în fotografia cu O.J. Simpson, surprinsă în timpul unuia dintre cele mai revelatoare interviuri, acordat cu ocazia împlinirii a 10 ani de la uciderea soției sale. În acest interviu îl vedem pe O.J. Simpson efectiv retrăgându-se, atunci când Catherine Crier i-a pus o întrebare care, în mod clar, l-a surprins neplăcut.



Fotografia 7.9: O.J. Simpson literalmente dat pe spate atunci când Catherine Crier îi adresează o întrebare în timpul unui interviu.

Credit foto: AdLIB Design/Splash News

## *Aplecarea înainte*

Oamenii care mint își doresc cu disperare să fie crezuți. Prin urmare, în disperarea lor, se vor apleca către persoana cu care vorbesc, încercând să se bage sub pielea interlocutorului și să pară persoane prietenoase și plăcute. De fapt, nu este decât o încercare de a-i manipula pe ceilalți, astfel încât să fie crezuți. Prin urmare, îi veți vedea adesea aplecându-se înainte în momentele în care comunică față în față cu o altă persoană. Acesta este modul lor de a crea un fals sentiment de intimitate și de a da impresia că spun adevărul. Fotografia următoare a surprins singurul moment din timpul interviului lui O.J. Simpson în care acesta s-a aplecat în față; este foarte posibil să fi fost o încercare de a sugera că nu a fost implicat în uciderea soției sale. După părerea mea, această aplecare bruscă înainte, combinată cu degetul ridicat, indică faptul că minte.



Fotografia 7.10: O.J. Simpson aplecându-se înainte în timpul unui interviu acordat lui Catherine Crier de la postul de televiziune Court TV, cu ocazia împlinirii a 10 ani de la uciderea soției sale. Credit foto: AdLIB Design/Splash News

De multe ori, putem observa acest comportament la criminalii care sunt supuși unui interviu înainte de condamnare. Atunci când Scott

Peterson a fost interviewat de Diane Sawyer, l-am putut observa aplecându-se înainte pe toată durata interviului, în încercarea nereușită de a părea simpatic și credibil. Peterson a acordat acest interviu înainte ca rămășițele soției sale Laci și ale copilului lor nenăscut să fie descoperite. Aplecându-se înainte, acesta a continuat să mintă, spunând că nu are habar unde se află soția sa, deși știa foarte bine că trupul acesteia zăcea pe fundul golfului. Peterson a procedat în același mod și cu un alt reporter, de la canalul CBS. Deși jurnalistul l-a pus față în față cu minciunile referitoare la amanta sa, Amber Frey, Peterson a rămas în aceeași poziție, aplecat înainte.

Am putut observa aceeași postură corporală și la Drew Peterson, un alt bărbat condamnat pentru uciderea soției sale. În timpul unei apariții la emisiunea *Today Show*, acesta a încercat să-i convingă pe Matt Lauer și pe telespectatori că nu a avut nimic de-a face cu moartea celei de-a treia soții, Kathleen Savio, sau cu dispariția celei de-a patra, Stacy. Aceeași poziție am văzut-o și la Jodi Arias, o tânără condamnată pentru că și-a omorât prietenul. Într-un interviu pentru emisiunea *48 Hours*, aceasta a încercat să pară o fată drăguță și prietenoasă, deși își înjunghiasse iubitul de nenumărate ori în cabina de duș. Un alt element care îi unește pe toți acești criminali este faptul că, pe parcursul întregului interviu, își păstrează aproape în permanență această poziție aplecată înainte.

Fostul candidat la președinția Statelor Unite John Edwards s-a aplecat și el înainte în timpul unui interviu acordat reporterului postului TV ABC, Bob Woodruff, în timp ce nega faptul că ar fi tatăl copilului născut de amanta sa, Rielle Hunter.

## Neastâmpărul sau cumințenia excesivă

Un alt semnal care indică înșelăciunea este neastâmpărul. Motivul pentru acest comportament este acela că sistemul nervos autonom răspunde printr-o reacție primitivă, de tipul „luptă sau fugi”. De multe ori, oamenii și-ar dori să o ia efectiv la fugă în anumite situații stresante sau incomode. Prin urmare, atunci când un mincinos știe că va fi interogat sau intervievat, instinctele sale biologice înnăscute își fac apariția, îndemnându-l să încerce să scape din acea situație – de aici, excesul de energie și mișcările irelevante ale corpului său.

Pe de altă parte, un mincinos poate să nu se miște deloc. Acesta ar putea fi un semn al „luptei” neurologice primitive, mai degrabă decât a reacției de „fugă”, corpul luându-și poziția și pregătindu-se pentru o eventuală confruntare. Când sunteți implicați într-o conversație, este normal să vă mișcați trupul într-o manieră subtilă, relaxată și, în cea mai mare parte, inconștientă. Așadar, dacă observați la cineva o poziție rigidă, catatonică și lipsită de orice mișcare, acesta e un mare semnal de alarmă că ceva este în neregulă. În cel mai bun caz, această persoană încearcă din răspuțuri să controleze ceea ce face și ce spune; în cel mai rău caz, ar putea încerca să vă manipuleze și să vă păcălească. Acest lucru a putut fi observat în limbajul trupului criminalului Drew Peterson. În numeroasele interviuri pe care le-a dat, acesta adopta o poziție rigidă, cu fața împietrită, în timp ce-și susținea nevinovăția. Peterson insista asupra faptului că nu era vinovat de moartea celei de-a treia soții, Kathleen Savio, și susținea că nu știe unde este ce-a de-a patra soție, Stacey, care dispăruse pe neașteptate. Cu mâinile strânse cu fermitate în față, Peterson nu a abandonat deloc această poziție.

În momentul în care un suspect este interogat de poliție, părând să fi prins rădăcini în locul în care a fost așezat, oamenii legii obișnuiesc să

interpreteze acest gest ca pe un semn că respectiva persoană știe mult mai multe decât spune. În plus, dacă suspectul își strânge cu putere mâinile sau brațele înseamnă că încearcă literalmente „să țină în frâu” situația, pentru a nu dezvălui ceea ce vrea sau trebuie să țină secret.



Fotografia 7.11: Nicki Minaj (în partea dreaptă) adoptând o poziție rigidă, cu mâinile strânse și brațele încrucișate peste genunchi, pe întreaga durată a unei dezbateri publice, în timp ce încerca, cel mai probabil, să mascheze sentimentele negative față de colega ei din juriu, Mariah Carey (în partea stângă). Credit foto: Getty News Entertainment

Nicki Minaj a negat vehement că ar fi în conflict cu Mariah Carey, colega ei din juriul unei emisiuni-concurs. Cu toate acestea, poziția rigidă și imobilă a corpului acesteia și faptul că nici nu a privit-o pe Mariah au spus totul despre disputa dintre cele două. Acest comportament anormal reprezintă de obicei un semnal al înșelătoriei, tocmai datorită faptului că *este* anormal. Mincinosul încearcă să își reducă la minimum mișcările trupului, astfel încât nimeni să nu-și dea seama că minte; în mod ironic, tocmai acest comportament îi face pe oameni să observe că sunt mari șanse ca persoana respectivă să mintă.

## Schimbările poziției capului

Când cineva este prins cu minciuna, veți observa adesea că respectiva persoană face diferite mișcări ciudate și nepotrivite cu capul. Astfel, capul poate fi (a) lăsat sau dat pe spate, (b) aplecat în față sau (c) înclinat sau lăsat într-o parte. Dacă observați pe cineva făcând brusc una dintre aceste mișcări, mai ales după ce i-ați adresat o întrebare directă, este posibil ca acea persoană să nu fie tocmai sinceră cu dumneavoastră.

### *Capul dat pe spate*

Am văzut de multe ori cum Scott Peterson, prizonierul condamnat la moarte pentru uciderea soției sale și a fiului său nenăscut, își lăsa capul să cadă brusc pe spate în timpul procesului. Capul său se mișca dintr-odată spre înapoi de fiecare dată când în sala de judecată se spunea ceva care demonstra adevărul cu privire la implicarea sa în moartea membrilor familiei sale. Puteți observa aceeași mișcare în următoarea fotografie, care îl prezintă pe O.J. Simpson în timpul interviului acordat jurnalistei Catherine Crier. Momentul în care a fost făcută mișcarea surprinsă în fotografie este foarte important: Simpson își dă capul pe spate exact atunci când începe să răspundă la o întrebare importantă legată de asasinarea soției sale, Nicole. Această mișcare bruscă a capului indică de multe ori că persoana respectivă nu spune adevărul.



Fotografia 7.12: O.J. Simpson în timpul interviului acordat jurnalistei Catherine Crier de la postul de televiziune Court TV. Este surprins aici momentul în care O.J. Simpson își lasă brusc capul pe spate, în timp ce răspunde la o întrebare. Credit foto: AdLIB Design/Splash News

Următoarea fotografie îl prezintă pe Lance Armstrong în momentul în care i se adresează o întrebare neașteptată cu privire la dopaj. Observați poziția capului său și cât de mult este lăsat pe spate, în timp ce sportivul procesează întrebarea. De fiecare dată când observați pe cineva că își lasă capul să cadă brusc pe spate atunci când minte, când este prins sau crede că ar putea fi prins cu minciuna sau când aude ceva ce ar putea să-i descopere înșelătoria, să știți că aceste mișcări neașteptate, anormale și foarte evidente vorbesc de la sine.



Fotografia 7.13: Un exemplu elocvent al lăsării capului pe spate. Fotografia a fost surprinsă în timpul unei dezbateri din 2009, când lui Armstrong i-a fost adresată o întrebare legată de dopaj. Credit foto: Jennifer Lorenzini/Splash News

### *Capul aplecat în față*

Când o persoană cu conștiință este prinsă cu minciuna sau aude un adevăr incomod, aceasta are de multe ori tendința de a-și lăsa automat capul în jos. Adesea, acesta este un semn de remușcare sau rușine. Când Tiger Woods a organizat o conferință de presă, în 2010, pentru a-și cere scuze că și-a înșelat soția, sportivul a stat cu capul aplecat aproape tot timpul. Același tip de limbaj corporal poate fi întâlnit și la copiii mici, atunci când părinții le cer să spună adevărul cu privire la ceva ce au făcut. Când stau cu capul în jos, copiii transmit mesajul că le este rușine că au fost prinși și că sunt conștienți că au făcut ceva ce nu aveau voie să facă.

Cu capul ușor aplecat era și cântărețul și rapper-ul Chris Brown în momentul în care a pledat nevinovat la acuzația de violență domestică asupra iubitei sale, Rihanna. Era conștient că minte și că era vinovat de lovirea acesteia în noaptea anterioară decernării Premiilor Grammy.



Fotografia 7.14: Chris Brown, cu capul ușor aplecat, în timp ce se declară nevinovat de o infracțiune pe care știe foarte bine că a comis-o și pe care a recunoscut-o la o audiere ulterioară. Capul său aplecat poate indica și sentimentul de rușine față de cele întâmplate. Credit foto: Pooled Pictures/Splash News

### *Capul înclinat sau aplecat într-o parte*

Gestul cuiva care își înclină dintr-odată capul într-o parte indică adesea nesiguranță. Această mișcare poate fi observată frecvent atunci când oamenilor li se adresează întrebări directe sau când minciunile lor au fost demascate. Acesta este modul rapid și inconștient al corpului de a transmite că *nu știe cum să răspundă la respectiva întrebare, pentru că este posibil să fie nevoit să inventeze o minciună*. Când Drew Peterson a fost întrebat în mod direct dacă este implicat în dispariția celei de-a patra soții, poziția sa rigidă de fost polițist s-a schimbat imediat, acesta înclinându-și capul într-o parte, în timp ce nega faptul că ar avea vreo legătură cu dispariția femeii. Acest semnal ar fi putut indica faptul că

mente. În mod clar, întrebarea a atins un punct sensibil, altfel Drew nu ar fi dat dovadă de această atitudine falsă și ciudată.

Lance Armstrong și-a lăsat capul într-o parte în 2010, când a fost chemat să urce pe scenă, în timpul ceremoniei de încheiere a Turului Franței. În cazul lui, mișcarea a fost, cel mai probabil, un semnal al înșelătoriei. În timp ce întrebările curgeau în timpul unei conferințe de presă spontane, ciclistul probabil că nu era sigur cum anume să-și formuleze minciunile. Era conștient de faptul că nu merita cuvintele de laudă care îi erau adresate. Știa foarte bine că obținuse cel mai mare premiu în ciclism trișând.



Fotografia 7.15: Lance Armstrong înclinându-și capul într-o parte în timpul unui interviu realizat de Oprah Winfrey, un gest care indică minciună sau evitarea adevărului. Credit foto: Getty News Entertainment

După părerea mea, Lance Armstrong a continuat să mintă chiar și după ce a recunoscut faptul că s-a dopat pentru a câștiga competiții de ciclism. Limbajul corpului său (în special capul înclinat într-o parte) m-a făcut să cred că mai erau multe lucruri pe care nu le dezvăluia și despre care e posibil să fi mințit cu nerușinare.



Fotografia 7.16: O.J. Simpson cu capul aplecat într-o parte în timpul ședinței pentru pronunțarea sentinței, într-un tribunal din Las Vegas.

Credit foto: Pool/Getty Images News

În fotografia 7.16 îl putem observa pe O.J. Simpson în timp ce își cerea scuze instanței și judecătorei Jackie Glass pentru faptele sale. Judecând după limbajul trupului său – mai ales după înclinarea ciudată a capului –, este clar faptul că O.J. nu credea niciun cuvânt din ce spunea. Poziția capului a fost unul dintre semnele care au scos în evidență nesinceritatea cuvintelor sale.

### *Atingerea gâtului*

După cum am văzut deja în secțiunea anterioară a cărții, gâtul reprezintă o parte foarte vulnerabilă a corpului uman. Acesta găzduiește, din punct de vedere anatomic, mecanismele care ne permit să mâncăm, să vorbim și să respirăm, activități atât de necesare supraviețuirii.



Fotografia 7.17: Acoperirea gâtului cu mâna este adesea un gest care indică minciuna.  
Credit foto: Piotr Marcinski, Shutterstock, Inc.

Când oamenii își acoperă gâtul cu mâna, acesta este de multe ori un gest automat, necontrolat și protector, care indică vulnerabilitate. Uneori, acest sentiment de vulnerabilitate reprezintă un rezultat natural al minciunii. Observăm adesea acest gest la cineva care a fost prins cu minciuna. De asemenea, este o reacție frecventă a unei persoane acuzate, în mod direct sau indirect, că a făcut ceva rău. Este un gest pe care l-am văzut frecvent și în instanță, în timp ce eram consultant pentru diverși procurori. Îmi dau seama întotdeauna că mărturia cuiva a atins un punct sensibil pentru inculpat când acesta își acoperă partea din față a gâtului cu mâna. În momentele în care conduc un interogatoriu, polițiștii sunt întotdeauna atenți la acest gest, deoarece poate fi un semn că suspectul minte. Deși acesta poate să susțină contrariul, atingerea gâtului cu mâna spune foarte multe cu privire la implicarea lui în infracțiune și/sau la informațiile pe care la deține.

Recent, bine-cunoscutul actor Al Pacino a pozat pentru un afiș publicitar menit să anunțe noul său rol din filmul biografic dedicat lui Joe Paterno. În această fotografie, care se găsește foarte greu, Al Pacino a

pozat drept el însuși, și nu ca personaj. Ceea ce este foarte interesant e faptul că își acoperă gâtul cu mâna. În industria filmului se știe de ani buni că Al Pacino urăște să ia parte la ședințe publicitare, deoarece ține foarte mult la intimitatea sa. Astfel, putem înțelege de ce ar fi putut să se simtă ipocrit sau cel puțin lipsit de onestitate din cauza faptului că a ales să-și respecte obligația contractuală de a se implica în promovarea următorului său film. Pe lângă înșelătorie, postura sa, cu mâna acoperindu-i gâtul, poate fi și un semn de disconfort și vulnerabilitate.

### *Lărgirea gulerului sau scărpinatul gâtului*

Când oamenii se trag de gulerul cămășii sau al unei haine pe gât ori își lărgesc dintr-odată nodul de la cravată e posibil să încerce să mintă sau să fie nervoși după ce li s-a spus un adevăr incomod. O astfel de persoană simte efectiv cum „se înfierbântă”, pentru că sistemul său nervos autonom are o activitate intensă și îi ridică temperatura corpului. Acesta este motivul pentru care mincinoșii simt cum îi lovește un val brusc de căldură; când se întâmplă acest lucru, îi veți vedea adesea descheindu-și un nasture de la cămașă sau trăgându-se de guler și scărpinându-se în zona gâtului.



Fotografia 7.18: Lărgirea gulerului și a cravatei sunt de multe ori semne ale înșelătoriei, deoarece mincinosul simte cum „se înfierbântă”.  
Credit foto: David Stuart Productions/Shutterstock, Inc.

Acest gest poate fi și o reacție la stres extrem sau la faptul că minciuna persoanei respective a fost demascată. În timpul procesului său din Las Vegas, în care a fost acuzat de tâlhărie, l-am văzut de multe ori pe O.J. Simpson lărgindu-și gulerul, în timp ce asculta martorii incriminându-l, multe dintre lucrurile pe care le spuneau fiind probabil adevărate. Cu câteva momente înainte ca juriul să citească verdictul pentru toate cele 12 capete de acuzare (inclusiv cele de răpire deosebit de gravă, jaf armat și complot), O.J. Simpson a putut fi văzut trăgându-se de gulerul cămășii și de cravată. Cu siguranță că se înfierbântase în timpul celui de-al doilea moment decisiv din viața sa. În mod ironic, cu cravata lărgită, O.J. a ascultat verdictul care îl declara vinovat exact în ziua în care se împlineau 13 ani de când fusese achitat de acuzațiile de ucidere a soției sale Nicole și a prietenului acesteia, Ron Goldman.

## *Nodul în gât*

Un alt semn al înșelăciunii este reprezentat de nodul în gât sau de înghițirea cu dificultate. Acest fenomen este rezultatul activității sistemului nervos autonom. Nodul în gât este mult mai ușor de detectat la bărbați, deoarece mărul lui Adam (o proeminență a laringelui) este de obicei mult mai vizibil la aceștia. (Se poate observa și la femei, doar că nu este la fel de evident.) În mod frecvent, mincinosul face o pauză involuntară în mijlocul propoziției pentru a înghiți. Atunci când o persoană este agitată sau face ori spune ceva interzis, producția de salivă se diminuează. Prin urmare, gâtul devine uscat și iritat. Pentru a-și umezi gâtul și a putea să-și continue discursul (a se citi: minciuna), mincinosul înghite, iar acest lucru îi ameliorează senzația inconfortabilă de încordare și iritare.



Fotografia 7.19: Lui Lance Armstrong i s-a pus un nod în gât și a înghițit cu dificultate în timpul interviului realizat de Oprah, atunci când a vizionat mărturia sa mincinoasă. Credit foto: Getty Images

Pe întreaga durată a interviului realizat de Oprah, Lance Armstrong a putut fi văzut adesea cu nodul în gât și înghițind din greu, mai ales în

momentele în care vorbea despre dopaj. Acest lucru a fost cel mai evident când sportivul viziona înregistrări video ale mărturiilor sale anterioare, în care mințea cu nerușinare în legătură cu substanțele consumate. În timp ce Lance privea monitorul, se putea observa foarte clar cum mărunții lui Adam i se mișca în sus și în jos atunci când înghițea, pe parcursul momentelor critice.

## Discordanța dintre cuvinte și limbajul trupului

De obicei, corpul nu minte. De altfel, sistemul limbic din profunzimea creierului nostru ne va da de multe ori de gol, dezvăluind adevărul și sentimentele reale care îl însoțesc. Poate ați observat că atunci când sunteți de acord cu cineva și spuneți adevărul, capul dumneavoastră se mișcă în sus și în jos în mod automat, acest lucru indicând că trupul dumneavoastră aprobă și el ceea ce spuneți. În mod similar, capul vi se clătină într-o parte și în alta atunci când sunteți sincer și negați ceva, ceea ce reprezintă modul prin care trupul dumneavoastră confirmă ceea ce ați spus. Dar atunci când mințiți, creierul devine confuz. Dacă negați ceva când adevăratul răspuns este unul afirmativ, corpul dumneavoastră vă va contrazice de multe ori, forțându-vă să faceți un gest aprobator cu capul, în mod automat. Prin urmare, adevărul iese la iveală pe neașteptate. În mod deloc surprinzător, această lipsă de coordonare dintre cuvintele pe care le spunem și limbajul trupului nostru (fie că dăm din cap afirmativ sau negativ) indică frecvent că la mijloc e o minciună.

În timpul interviului realizat de Oprah, Lance Armstrong a dat și el dovadă, de mai multe ori, de această lipsă de coordonare între cuvintele sale și mișcărilor capului. Dacă analizăm această neconcordanță în

contextul mai larg al discursului său tipic și al limbajului său corporal, e foarte probabil ca ciclistul să nu fi spus adevărul sau, cel puțin, să fi omis informații foarte importante.

## Schimbările la nivelul mâinilor și brațelor

### *Rosul unghiilor și mușcatul degetelor*

Este un lucru obișnuit să vedem oameni cu degetele în gură când sunt agitați sau neliniștiți. Având în vedere că mințitul implică stres, mincinoșii pot să-și roadă unghiile sau să-și muște degetele pentru a se elibera de tensiune.



Fotografia 7.20: Rosul unghiilor și mușcatul degetelor indică frecvent că persoana respectivă este agitată – sau mincinoasă.

## *Acoperirea gurii*

O persoană mincinoasă își acoperă gura cu mâinile, în mod automat, când nu vrea să discute un anumit subiect sau să răspundă la o întrebare. Fotografia 7.21 este surprinsă în momentul în care un reporter îl întreabă pe Lance Armstrong dacă s-a dopat. Oricare a fost răspunsul său, important este faptul că mâna care îi acoperă gura spunea totul. La auzul întrebării, mâna lui Armstrong s-a ridicat imediat pentru a acoperi gura, ca și cum ar fi vrut să sugereze că nu are de gând să vorbească.



Fotografia 7.21: Lance Armstrong acoperindu-și gura cu mâna în timpul unei conferințe de presă, după ce fusese întrebat despre consumul de substanțe care sporesc performanța sportivă.

Credit foto: Jennifer Lorenzini/Splash News

Acest gest de a acoperi gura cu mâna, în încercarea de a bloca comunicarea, este o reacție de tip primitiv și instinctual. Aceasta poate fi observată frecvent la copii, mai ales atunci când părinții îi roagă să facă liniște. Și atât copiii, cât și adulții fac acest gest când greșesc cu ceva, cum ar fi să spună o minciună. Este un gest simbolic care transmite faptul că

persoana respectivă *nu are de gând să mai spună nimic*. Micuțul Falcon Heene și-a acoperit gura cu mâna imediat după ce a divulgat pe postul CNN că povestea familiei sale, conform căreia ar fi fost luat pe sus într-un balon improvizat, era doar o farsă. După ce presa a ajuns la casa acestora din Colorado, iar Falcon și familia lui au ieșit pentru prima dată în public după ce farsa fusese demascată, Falcon și-a acoperit imediat gura cu ambele mâini, ca și cum ar fi vrut să sugereze că nu mai voia să spună nimic – și mai ales presei, care aștepta nerăbdătoare afară.

Când adulții își acoperă buzele cu mâinile înseamnă că nu dezvăluie tot ce știu și că pur și simplu nu vor să spună adevărul. Aceștia renunță efectiv să mai comunice. Acest lucru a fost evident în timpul interviului pe care Lance Armstrong i l-a acordat lui Oprah Winfrey. Deși acesta a dezvăluit numeroase informații, limbajul trupului său indica faptul că mai erau multe lucruri pe care nu le spunea.

Același gest poate însemna și că o persoană a fost prinsă cu minciuna și este prea stânjenită să mai ofere alte detalii. Când Oprah l-a muștrătat pe Lance pentru acțiunile sale, spunându-i: „Ai dat în judecată o serie de oameni, deși știai că aceștia spuneau adevărul”, sportivul s-a lovit cu palma peste gură, așa cum am văzut în fotografia anterioară. Știa că fusese prins cu minciuna și, prin urmare, nu mai era nimic de adăugat.

### *Acoperirea părților vulnerabile ale corpului*

Când oamenii au ceva de ascuns, de multe ori își vor folosi mâinile pentru a-și acoperi o parte vulnerabilă a corpului, cum ar fi gâtul, pieptul, abdomenul sau părțile intime. John Edwards și-a acoperit frecvent zona genitală în timpul interviului acordat în emisiunea *Nightline*. De fiecare dată când începeau discuții despre paternitatea sa, acesta își fixa mâinile strategic peste părțile intime ale corpului său. În momentele în care

oamenii se simt vulnerabili sau jenați de minciunile lor, îi veți vedea adesea cu mâinile poziționate în acest mod.

Abdomenul și pieptul sunt alte două zone ale corpului pe care mincinoșii le acoperă când sunt implicați în acte de înșelătorie. Dacă observați că cineva își acoperă brusc abdomenul cu mâinile sau se ține de stomac, este posibil ca respectiva persoană să vă mintă. Și în acest caz, motivul este activitatea sistemului nervos autonom (asupra căruia nu avem niciun control), care face ca sucurile gastrice să circule în exces. De asemenea, mușchii netezi de la nivelul stomacului și tractului digestiv se contractă brusc, ceea ce poate provoca senzația de durere sau nevoia de a merge la toaletă.



Fotografia 7.22: Tiger Woods punându-și brațul peste zona pieptului și acoperindu-și gâtul, două zone foarte vulnerabile ale corpului.

Credit foto: Splash News

Dacă cineva își acoperă brusc zona inimii sau a pieptului, e posibil ca respectiva persoană să simtă o încordare neașteptată în această parte a corpului atât de importantă și necesară supraviețuirii. Imediat după ce a izbucnit scandalul legat de nenumăratele sale infidelități, Tiger Woods a încercat să-și ceară scuze și să-și salveze căsătoria, cel puțin în aparență. În multe fotografii îi putem vedea pe Tiger și pe soția sa, Elin, mergând

împreună, dar la mare distanță unul de celălalt. Acest fapt ar putea simboliza marele gol emoțional ce se crease între ei și suferința prin care treceau. E de înțeles faptul că Tiger și-a acoperit cu mâna unul dintre cele mai vulnerabile organe, inima, în mod subconștient. Este încurajator și poate chiar prea optimist să credem că inima sa era frântă, având în vedere durerea pe care i-a pricinuit-o soției sale și felul în care și-a distrus reputația. Puteți observa în aceeași fotografie cum mâna sa acoperă strategic o altă parte vulnerabilă a corpului său, gâtul. Când mâinile cuiva rămân fixate pe o anumită parte vulnerabilă a corpului, este foarte posibil ca respectiva persoană să aibă ceva de ascuns. Poate că Tiger își ascundea adevăratele sentimente, fiind distrus pentru că și-a rănit soția, dar și pentru că a fost el însuși rănit de reacția publicului și a sponsorilor săi.

Când oamenii mint, îi veți vedea frecvent acoperindu-și cu mâna gâtul sau mărul lui Adam, o altă zonă foarte vulnerabilă a corpului, și rămânând mai mult timp în această poziție.

### *Încrucișarea brațelor, autoprotecția și indiferența*

Oamenii își încrucișează brațele din multe motive inofensive – poate le este frig sau, pur și simplu, se simt confortabil în această poziție. Cu toate acestea, un braț încrucișat peste celălalt sau peste trunchi poate avea o conotație foarte diferită, poziția putând fi interpretată ca un gest de autoapărare, în cazul în care persoana respectivă se simte nesigură sau vulnerabilă. Când cineva își încrucișează brusc brațele în mijlocul unei conversații, comportamentul său ar putea indica faptul că nu vă spune adevărul sau că, în cel mai bun caz, nu vă dezvăluie totul. Practic, această persoană vă ține la distanță de adevăr prin crearea unei bariere fizice formate din brațele sale.

Într-o fotografie exclusivă, surprinsă după izbucnirea scandalului de infidelitate, Tiger Woods poate fi văzut protejându-și trunchiul cu o mână.

Fotografia sugerează că acesta se închisese în sine față de Elin și, într-adevăr, expresiile lor faciale arată că treceau printr-o perioadă foarte dificilă din punct de vedere emoțional. Probabil că această închidere în sine a lui Tiger, așa cum o demonstrează și brațul său poziționat peste trunchi, a fost rezultatul mărturiilor tot mai multor femei care susțineau că avuseseră aventuri amoroase cu sportivul.

Multe celebrități pot fi văzute făcând acest gest în timpul unor interviuri. Când întrebările devin prea personale sau incomode, brațele acestora le protejează, plasându-se în fața corpului.



Fotografia 7.23: Juriul concursului *American Idol*, cu Nicki Minaj (în partea dreaptă) încrucișându-și brațele pentru a o ține pe Mariah Carey la distanță, în timp ce aceasta din urmă o tratează pe Nicki cu indiferență. Credit foto: Getty News Entertainment

Ne mai încrucișăm brațele și atunci când ne displace partenerul de conversație. La Hollywood, actorii sunt destul de conștienți de faptul că nu trebuie să se îndepărteze de colegii de breaslă sau să rupă relații aiurea. Dar fotografia de mai sus, cu juriul concursului *American Idol*, ne demonstrează faptul că de obicei limbajul trupului nu minte. Se pare că există un strop de adevăr în scandalul izbucnit în presă, conform căruia ar exista o dispută între cele două cântărețe, Nicki Minaj și Mariah Carey.

Deși ambele au declarat presei că nu sunt certate, limbajul trupului lor spune o poveste diferită.

Limbajul trupului este și el grăitor la Mariah Carey. În fotografie, atitudinea ei de indiferență față de Nicki este evidentă. Aceasta își ridică umărul, într-o încercare subconștientă de a o bloca pe Nicki și de crea o barieră fizică între ele. Astfel, deși Mariah nu a recunoscut niciodată public că ar avea ceva împotriva lui Nicki, umărul ridicat cu indiferență a spus totul, în ciuda zâmbetelor și cuvintelor frumoase.

De câte ori sunt rugată să analizez starea unei relații de cuplu doar pe baza limbajului trupului celor doi și văd o atitudine de indiferență, în care unul dintre ei își ridică umărul pentru a-l bloca pe celălalt, îmi dau seama că acolo există probleme. Așadar, dacă vorbiți cu cineva și persoana respectivă își ridică brusc umărul, mai ales după ce ați abordat un subiect important sau sensibil, sunt mari șanse să fiți mințit; persoana în cauză încearcă efectiv să vă blocheze cu umărul său.

### *Mâncărimile supărătoare*

Când sistemul nervos autonom este suprasolicitat, circulația sangvină mai intensă și capilarele dilatate provoacă adesea o senzație de mâncărimă. Din acest motiv, mincinoșii își scarpină brusc pielea de la nivelul capului, feței, gâtului sau brațelor.

În fotografia următoare îl putem vedea pe O.J. Simpson scărpînându-și fața după ce Catherine Crier i-a adresat o întrebare iscoditoare. Acesta a fost un semnal în plus pe care trupul său l-a transmis și care ar fi putut sugera că Simpson nu răspundea cu sinceritate la întrebări.

În timpul interviului realizat de Oprah Winfrey, Lance Armstrong a avut și el parte de un episod major de mâncărimi supărătoare, după ce gazda emisiunii l-a întrebat de ce i-a dat în judecată pe oamenii care l-au acuzat, pe bună dreptate, că se dopase. Pe sportiv l-a apucat imediat

mâncărimea în zona bărbiei și a mandibulei. Scărpinatul sugerează faptul că Armstrong era conștient că ceea ce făcuse era o chestiune foarte gravă și greșită, iar corpul lui știa și el același lucru. De îndată ce subiectul a fost menționat, schimbările de la nivelul circulației sangvine (vă mai aduceți aminte de sistemul nervos autonom?) i-au provocat o senzație de mâncărime pe bărbie, care l-a făcut să se scarpine.



Fotografia 7.24: O.J. Simpson manifestând un caz sever de mâncărimi supărătoare în timpul unui interviu acordat postului de televiziune Court TV, la împlinirea a 10 ani de la uciderea soției sale.  
Credit foto: AdLIB Design/Splash News

Este bine să rețineți că senzația de mâncărime poate apărea atunci când cineva minte, dar și atunci când respectiva persoană se gândește doar la o minciună pe care a spus-o deja. Așadar, când vedeți pe cineva că se scarpină brusc, nu excludeți posibilitatea că ați putea fi mințit.

*Frecarea sau frângerea mâinilor, bătaia din degete, aranjarea aspectului și adunarea scamelor imaginare*

Când oamenii sunt neliniștiți din cauza minciunii, îi veți vedea adesea jucându-se cu degetele, bătând cu ele pe o anumită suprafață sau jupindu-și pielea de pe ele. Este modul corpului de a elibera starea de neliniște.

În fotografia 7.25, surprinsă în timpul unei prezentări înaintea instanței din Beverly Hills, o putem vedea pe Lindsay Lohan jucându-se cu degetele, în încercarea de a se elibera de stres și de a se liniști. Acest comportament poate fi văzut adesea atunci când cineva se simte amenințat sau are motive să creadă că minciuna sa va fi demascată. În mod clar, așa au stat lucrurile și în cazul lui Lindsay, care, de-a lungul anilor, a fost prinsă cu minciuna în public de nenumărate ori. În fotografia din sala de judecată, acest comportament reprezintă reacția ei la auzul unui adevăr incomod despre ea.



Fotografia 7.25: Lindsay Lohan într-o sală de judecată din Beverly Hills, jucându-se nervos cu degetele.

Credit foto: Pool/London Entertainment/Splash News

De asemenea, atunci când observați că cineva își freacă sau își frânge mâinile, e posibil ca persoana respectivă să încerce să se calmeze. Odată cu schimbările de la nivelul sistemului nervos autonom, pot apărea și modificări ale temperaturii corporale. Astfel, corpul poate resimți brusc că îi este prea cald sau prea frig. Dacă temperatura corpului este prea scăzută, extremitățile, cum ar fi mâinile, sunt primele părți afectate. Răspunsul natural și instinctiv este acela de a crea fricțiune pentru a genera căldură. Prin urmare, dacă adresați cuiva o întrebare directă, iar persoana respectivă își freacă mâinile e foarte posibil să nu vă spună adevărul.

Înlăturarea scamelor imaginare de pe haine sau joaca cu părul reprezintă alte două gesturi care pot să înlăture neliniștea.



Fotografia 7.26: Lindsay Lohan jucându-se cu părul în sala de judecată, în timp ce ascultă acuzațiile ce i se aduc. Credit foto: Pool/London Entertainment/Splash News

În fotografia 7.26 o putem vedea pe Lindsay Lohan afișând un alt gest menit să o liniștească: se joacă cu părul înainte de a fi condamnată la închisoare. Mincinoșii se joacă frecvent cu părul pentru a-și crea o stare de confort psihic. Acest comportament poate reflecta și nehotărâre sau nesiguranță cu privire la felul în care este mai bine să-și ticluiască minciunile.

Cu câțiva ani în urmă, membrii familiei Heene au provocat un scandal național în Statele Unite, când au făcut pe toată lumea să creadă că fiul lor Falcon, în vârstă de șase ani, era captiv într-un balon improvizat, care se desprinsese de sol. După ce, în mod „miraculos”, l-au găsit pe Falcon ascuns în podul casei, au mers la un post național de televiziune pentru a-și spune povestea. În cele din urmă, micuțul Falcon, protagonistul poveștii, a divulgat, fără să vrea, adevărul cu privire la ceea ce s-a întâmplat în realitate. Acesta a recunoscut, în fața jurnalistului Wolf Blitzer de la postul CNN, faptul că „au născocit [povestea] pentru televiziuni”. Tatăl lui a adoptat o atitudine defensivă, în timp ce dădea din colț în colț, încercând să infirme și să repare ceea ce Falcon a dezvăluit din greșeală.

Limbajul corporal al lui Mayumi, soția lui Richard Heene, a fost și el grăitor. Înainte ca Falcon să scape porumbelul, Wolf Blitzer a rugat-o pe Mayumi să spună cum s-au întâmplat lucrurile. Pe măsură ce povestea, femeia își netezea coapsele cu mâna, de parcă ar fi avut o perie cu care se curăța. A făcut acest gest tot timpul cât a vorbit. Mayumi știa că toată povestea nu este decât o farsă și era conștientă de faptul că mințea; prin urmare, acest gest a reprezentat forma sa de a face față disconfortului și de a „curăța” minciuna, în mod subconștient, așa cum o arată gestul său simbolic. Se pare că, în schimbul unei înțelegeri de a nu fi deportată în Japonia și de a nu-și pierde familia, femeia a dezvăluit în cele din urmă adevărul în fața autorităților. Așadar, dacă vedeți pe cineva că se aranjează excesiv – netezindu-și corpul cu mâna sau adunând scame imaginare de pe haine, jucându-se cu părul sau jupindu-și pielea de pe degete – e foarte posibil ca respectiva persoană să vă mintă.

## *Îndreptarea palmelor spre corp*

Când o persoană vă minte, aceasta își va ascunde palmele de dumneavoastră, astfel încât să-i vedeți doar dosul mâinilor. În mod contrar, dacă cineva vă spune adevărul, își va lăsa la vedere ambele palme, gest ce indică faptul că respectiva persoană nu are nimic de ascuns.



Fotografia 7.27: Lance Armstrong cu palmele îndreptate spre corp, în timpul unui interviu realizat de Oprah Winfrey, gest ce ar putea indica o posibilă tentativă de înșelătorie. Credit foto: Getty News Entertainment

Când a participat la emisiunea realizată de Oprah, încercând să-și justifice faptele, Lance Armstrong și-a întors frecvent palmele spre corp, indicând că minte. În momentul în care oamenii fac aceste gesturi înseamnă că sunt precauți și se protejează și cel mai probabil au ceva de ascuns. Comparați aceste gesturi cu cele ale cuiva care își îndreaptă palmele în afara corpului și vă veți da seama că acesta este limbajul trupului unei persoane deschise și directe. Deși Armstrong a părut sincer în mare parte din emisiune, această fotografie demonstrează că, în acele momente, *nu* a fost deloc așa.

Oamenii amestecă adesea adevărul cu minciuna și uneori se mint chiar și pe ei înșiși. În acest caz, vedem de multe ori gesturi duble contradictorii (unele indicând un comportament mincinos, altele dovedind că persoana este sinceră), așa cum putem observa în fotografia care o înfățișează pe Lindsay Lohan încercând să-l convingă pe judecător să nu o condamne la închisoare. Palma uneia dintre mâini este ridicată, arătând că este sinceră, în timp ce cealaltă palmă este îndreptată spre corp, cu dosul mâinii expus, gest ce dovedește o atitudine înșelătoare. Aceste mișcări contradictorii indică faptul că nu a fost pe deplin sinceră nici cu ea însăși în legătură cu gradul de responsabilitate pe care îl simțea pentru că intrase într-o asemenea încurcătură.



Fotografia 7.28: Lindsay Lohan într-o sală de judecată din Beverly Hills, dând dovadă atât de gesturi înșelătoare, cât și de mișcări ce îi dovedesc sinceritatea. Credit foto:

*Degetul arătat acuzator – limbajul corporal  
al indignării prezumțioase*

Una dintre cele mai faimoase minciuni ale secolului trecut este cea spusă de fostul președinte al Statelor Unite Bill Clinton, atunci când a declarat, în fața întregului popor american și a întregii lumi: „Nu am făcut niciodată sex cu acea femeie, domnișoara Lewinsky”. Acea minciună nu numai că i-a afectat căsnicia și i-a distrus credibilitatea, ci era să-l lase și fără poziția de președinte.



Fotografia 7.29: Președintele Bill Clinton îndreptându-și acuzator degetul către poporul american în timp ce nega cu vehemență acuzațiile ce i se aduceau. Credit foto: Joyce Naltchayan/Staff AP/Getty Images

Această fotografie celebră, arătându-l pe Bill Clinton cum își îndreaptă degetul arătător cu furie către poporul american, muștrându-l pentru faptul că nu-l crede că nu a avut nicio aventură amoroasă cu stagiara de la Casa Albă, va rămâne întipărită pentru totdeauna în

memoria tuturor. Degetul îndreptat acuzator către cineva poate fi considerat un gest foarte ostil și furios, care cu siguranță nu era așteptat de nimeni în timpul discursului unui președinte în funcție. Reacția exagerată a lui Bill Clinton și atitudinea sa defensivă au fost cauzate, cel mai probabil, de sentimentul de vinovăție stimulat de faptul că a trebuit să-și mintă poporul și familia; în cele din urmă s-a dovedit că întreținuse relații sexuale cu „acea femeie, domnișoara Lewinsky”.

Când un mincinos devine ostil și adoptă o atitudine defensivă, acesta încearcă să inverseze rolurile cu dumneavoastră. Încearcă să vă dovedească faptul că greșiți fie și gândindu-vă că o persoană atât de „cinstită” și „onorabilă” ca el ar putea să mintă. Acum toată atenția este îndreptată asupra dumneavoastră și a lipsei dumneavoastră de încredere, și nu asupra minciunii lui. Aceasta este indignarea prezumțioasă. Degetul îndreptat acuzator este un mod involuntar de a vă muștra sau de a vă amenința să-l credeți; este un fel de „semn de punctuație” nonverbal care îi accentuează dorința – sau mai bine spus pretenția – de a fi crezut.



Fotografia 7.30: O.J. Simpson îndreptându-și degetul în mod acuzator în timpul unui interviu realizat la Court TV, scoțând în evidență indignarea lui prezumțioasă și faptul își dorea să fie crezut. Credit foto: AdLIB Design/Splash News

O.J. Simpson și-a dezvăluit disperarea cu care își dorea să fie crezut nu numai prin faptul că și-a înclinat corpul înainte pe toată durata interviului, ci și prin felul ostil în care a arătat acuzator cu degetul.

### *Ascunderea palmelor și a brațelor*

Oamenii își ascund adesea mâinile atunci când mint. Le bagă în buzunare, le duc la spate sau sub un obiect (o masă, de exemplu). Uneori își fac mâinile căuș, acesta fiind un gest involuntar de a le face să pară mai mici. Trebuie să rețineți faptul că oamenii își bagă adesea mâinile în buzunar doar pentru că se simt mai comod astfel; ca întotdeauna, contextul este foarte important când încercăm să descoperim o înșelătorie. Cu toate acestea, dacă în timp ce vorbiți cu cineva acea persoană își bagă brusc mâinile în buzunar, e foarte posibil să o fi întrebat ceva ce nu dorește să vă împărtășească. Din nou, acesta este un gest emblematic de autoprotejare; mâinile sunt ascunse așa cum se dorește să se ascundă și adevărul.

În timp ce actorii Brad Pitt și Angelina Jolie își promovau filmul *Domnul și doamna Smith*, au început să apară zvonuri că cei doi ar avea o aventură amoroasă. În cele din urmă, zvonurile s-au dovedit a fi adevărate, deși Brad Pitt încă mai era căsătorit cu actrița Jennifer Aniston. Brad și Angelina – sau „Brangelina”, cum îi numește presa de scandal – au încercat din răspuț să-și ascundă relația și să se comporte normal în public, dar limbajul trupului lor i-a trădat.

Unul dintre semnele care au dovedit că mint a fost faptul că mâinile lui Brad Pitt erau mereu băgate în buzunare, ceea ce arăta că are ceva de ascuns. Angelina își ținea și ea mereu unul sau ambele brațe la spate. Ambii actori își ascundeau mâinile și brațele, într-un mod involuntar, pentru a nu dezvălui sentimentele pe care le simțeau unul față de celălalt,

astfel încât publicul să nu-și dea seama ce se întâmpla *cu adevărat*. Dar se pare că nu a funcționat.



Fotografia 7.31: Brad Pitt și Angelina Jolie în timpul unei campanii de promovare a filmului Domnul și doamna Smith. Credit foto: Russ Einhorn/Splash News

De asemenea, cei doi actori au făcut tot posibilul să păstreze mereu o anumită distanță între ei, așa cum se poate vedea și în fotografia 7.31. Mai mult, aceștia aveau privirile fixate spre înainte, refuzând să se uite unul la celălalt. Dar nici aceste gesturi nu au funcționat. Dacă priviți fotografia cu atenție, veți observa că trupurile lor sunt precum doi magneți care se atrag. În mod evident, încercările lor de a păstra distanța au făcut ca publicul să pună la îndoială gesturile lor, având în vedere că, de multe ori, actorii care joacă în același film se îmbrățișează sau se ating unii cu ceilalți ori cel puțin stau unul lângă altul, în semn de camaraderie, atunci când promovează un film.

Dar cel mai evident semnal al faptului că ceva se întâmpla între cei doi actori a putut fi identificat la nivelul poziției picioarelor acestora. Când doi oameni se plac, picioarele lor se vor atrage. După cum puteți observa în fotografie, piciorul drept al lui Brad era îndreptat către Angelina, în timp ce piciorul acesteia era înclinat subtil spre Brad.

Când oamenii au ceva de ascuns, așa cum a fost și cazul lui Kris Humphries, aceștia au tendința de a-și acoperi degetele sau întreaga mână. În fotografia 7.32 îl putem vedea pe Kris Humphries cu degetele băgate în buzunar, în loc să o țină afectuos de mână pe proaspăta sa soție, Kim.



Fotografia 7.32: Kris Humphries ascunzându-și degetele în buzunar, în timp ce încearcă să păstreze secretul căsniciei sale nefericite cu Kim Kardashian. Credit foto: VLUV/Splash News

## *Mâinile făcute căuș sau pumnul strâns*

Mincinoșii își fac uneori mâinile căuș sau își strâng ușor pumnii. Pumnul strâns reflectă de cele mai multe ori faptul că persoana în cauză este furioasă sau cel puțin încordată. Prin urmare, atunci când cineva își face mâinile căuș sau își strânge pumnul dintr-odată, acordați mare atenție vorbelor sale și încercați să vă dați seama ce anume ar putea cauza asemenea sentimente. În multe din interviurile pe care le-a acordat Lance Armstrong îl putem vedea pe sportiv făcându-și mâinile căuș și dându-le o formă rotunjită, în timp ce i se adresează întrebări cu privire la dopaj. A făcut exact același gest în timpul unei emisiuni realizate în 2006, în Austin, Texas, dar și pe durata unui interviu acordat jurnalistului Larry King, de la CNN. Mâinile sale făcute căuș arată că este furios pe jurnaliștii care îl intervieveză, pentru faptul că aceștia se îndoiesc de el și îl interoghează. În realitate, adevărul îl afecta din punct de vedere emoțional, deoarece, în adâncul sufletului, era conștient de faptul că mințea cu privire la consumul de substanțe interzise pentru a câștiga cursele.

## Poziția picioarelor

Fie că vă vine să credeți sau nu, uneori puteți identifica un mincinos doar uitându-vă la picioarele lui. Persoana respectivă poate sta foarte liniștită, dar dacă își târâie picioarele într-un moment esențial al conversației, să știți că e posibil să fiți mințit în acel moment.



Fotografia 7.33: Călcâiul ridicat de pe sol poate fi un semn al înșelătoriei, indiferent dacă persoana este așezată sau stă în picioare.

Credit foto: O. Guuero/Shutterstock, Inc.

Dacă cineva își ridică un călcâi de pe sol în timp ce vorbește cu dumneavoastră, așa cum se poate vedea în fotografia 7.33, gestul său ar putea ilustra partea cu „fugitul” din reacția de tip „luptă sau fugi”, ceea ce înseamnă că mincinosul vrea să o șteargă de la locul „crimei”, ca să spunem așa. Aceeași concluzie o putem trage și dacă observăm că cineva are dintr-odată picioarele îndreptate către o ușă sau o altă ieșire.

Când observați pe cineva stând cu vârfurile de la ambele picioare îndreptate spre interior (poziție ce poartă numele de „degete de porumbel”) înseamnă că respectiva persoană este precaută și încearcă să se protejeze, dar și că ar putea fi lipsită de sinceritate. Poate însemna de asemenea că are un obiectiv ascuns.

Înainte ca actrița Katie Holmes să-l părăsească brusc și în mare secret pe Tom Cruise, aceasta a fost foarte precaută în a-și exprima sentimentele pentru el, din mai multe motive. Conform presei, Katie era îngrijorată de faptul că fiica sa era crescută după regulile scientologiei. În fotografia 7.34 puteți observa încercarea de a se proteja în poziția vârfurilor picioarelor orientate unul către celălalt. Cu toate acestea, picioarele lui

Tom spun o cu totul altă poveste. Piciorul său drept este îndreptat către Katie, dovedind astfel cât de mult o iubește. Pozițiile lor contradictorii arată clar că sentimentele pe care le simțeau la momentul realizării fotografiei nu erau reciproce. Dacă Tom ar fi fost conștient de însemnătatea limbajului trupului soției sale, probabil că nu ar fi fost la fel de șocat, după cum spun unii că s-a simțit, atunci când Katie a părăsit în secret căminul conjugal, zburând pe Coasta de Est și depunând actele de divorț la nici șase luni după ce această fotografie a fost făcută.



Fotografia 7.34: Katie Holmes și Tom Cruise la premiera filmului *Protocolul fantomă*.  
Limbajul trupului actriței Katie Holmes arată posibile semne de autoprotejare și înșelătorie.  
Prin amabilitatea Lakota/Splash News

Această poziție a „degetelor de porumbel”, cu vârfurile picioarelor îndreptate spre interior, poate fi adesea observată la cei mici când fac o boacăna și nu vor să recunoască. Așadar, părinți, fiți atenți!

[1.](#) Prima ligă de baseball profesionist din Statele Unite ale Americii (n.tr.).

2. *Hall of Fame* – tip de muzeu închinat persoanelor cu cele mai mari realizări într-un anumit domeniu (n.tr.).

## Capitolul 8

# Limbajul feței la un mincinos

Limbajul facial este compus din expresiile și mișcările feței. Pentru a putea să-i deosebim cu precizie pe cei care ne mint de cei care ne spun adevărul, este foarte important să privim cu atenție fețele celor din jurul nostru și să încercăm să ne dăm seama dacă uneori deviază de la expresiile și mișcările lor obișnuite.

## Stabilirea nivelului de referință

Înainte de a vă pronunța cu privire la expresiile faciale ale unei persoane, trebuie să stabiliți mai întâi un nivel de referință. Ceea ce s-a discutat în capitolul anterior despre limbajul corpului rămâne valabil și în cazul limbajului feței. Mai întâi, trebuie să observați acea persoană o perioadă mai îndelungată, pentru a stabili care îi sunt expresiile și mișcările faciale constante și abia apoi să judecați tot ceea ce vedeți prin prisma acestui nivel de referință. De exemplu, anumite persoane obișnuiesc să se uite mereu în jur când vorbesc. Asta nu înseamnă neapărat că mint când fac acest gest. Dar dacă, în mod obișnuit, acele persoane au obiceiul de se uita la dumneavoastră, dar întrerup contactul vizual într-un punct esențial al conversației, veți putea să corelați acest limbaj specific al feței cu lipsa de onestitate.

Să presupunem că știți sigur că un anumit coleg de serviciu nu a fost la birou cu o zi în urmă și îl întrebați dacă a venit la lucru. Dacă, în mod normal, această persoană este directă – conversează în general menținând contactul vizual în timpul conversației și având un limbaj „tăcut” al corpului și al feței –, dar cu această ocazie se uită în sus și în jos, dintr-o parte în alta, clipește rapid sau își mișcă buza inferioară într-o parte în timp ce vă confirmă că a fost la birou, e foarte posibil să folosească oricare dintre aceste gesturi pe viitor, în cazul în care vă va minți.

În acest capitol veți vedea cum limbajul feței (compus din expresii, mișcări și indicii) poate scoate la iveală gradul de onestitate al unei persoane, odată ce nivelul de referință a fost stabilit. După părerea mea, nu există un mod mai eficient de a înțelege impactul unei înșelătorii decât prin analizarea indiciilor oferite de fețele unora dintre cele mai cunoscute persoane publice, ale căror minciuni sfruntate au apărut în presă.

## Ochii mincinoși

Studiile științifice au demonstrat că există o legătură între felul în care ni se mișcă ochii și ceea ce gândim. Mușchii minusculi ce controlează mișcările ochilor sunt controlați, pe rând, de aceleași mecanisme de la nivelul creierului care prelucrează emoțiile și amintirile. Mai precis, *corpul geniculat lateral*, o structură conectată la sistemul limbic în profunzimea creierului, este cel care controlează mișcările oculare, în concordanță cu starea emoțională a unei persoane.

## *Evitarea – acoperirea sau închiderea ochilor ori ferirea privirii*

Oamenii întrerup frecvent contactul vizual sau privesc în altă parte când mint. De obicei, acestea sunt cele mai evidente semne ale înșelătoriei. Mincinoșii fac aceste gesturi deoarece nu vor să vă vadă expresiile faciale în cazul în care vă dați seama că mint. Practic vor să iasă cu „fața curată”.



Fotografia 8.1: Lance Armstrong evitând contactul vizual cu Oprah în timpul unui interviu.  
Credit foto: Getty Entertainment News

În timpul interviului acordat lui Oprah, Lance Armstrong a avut dificultăți să o privească pe jurnalistă în față. Acest lucru a fost foarte evident în momentele în care, cel mai probabil, făcea declarații mincinoase.

Mincinoșii care evită contactul vizual în mod constant nu se simt confortabil să vorbească de problemele foarte personale, cel puțin în momentul respectiv; preferă să vă controleze și să vă manipuleze cu minciunile lor. Dacă v-ar privi direct, s-ar putea simți intimidăți sau incapabili să-și păstreze avantajul și „puterea” asupra dumneavoastră. De asemenea, e posibil să nu dorească să vă vadă cum îi priviți în timp ce

mint. Astfel de mincinoși vor privi la stânga, la dreapta, în sus sau în jos, nu contează. Eu cred că nu este importantă partea în care se uită, ci întreruperea contactului vizual.

Un alt motiv pentru care mincinoșii evită contactul vizual este sentimentul de rușine. Fotbalistul echipei Notre Dame, Manti Te'o, nu se putea uita în ochii reporterului de la ESPN care îi lua interviul când acesta îi adresa întrebări legate de prietena lui imaginară. Sportivul a ales să-și acopere și să-și închidă ochii, deoarece nu dorea, practic, să vadă încurcătura pe care o crease. Când a insistat spunând: „Știu că totul pare o nebunie, dar sunt nevinovat”, Manti mințea în continuare. Știa că nu e „nevinovat”, deoarece în acel moment nu dezvăluise încă tot adevărul. Continua să mintă cu privire la moartea și înmormântarea lui „Lennay”, deși era conștient deja că fusese o victimă a *catfishing*-ului.



Fotografia 8.2: Bernard Madoff a refuzat să-și privească victimele în ochi în momentul în care le-a adresat scuze superficiale și lipsite de sinceritate în instanță. Credit foto: Splash News

Bernard Madoff, finanțistul căzut în dizgrație, nu a privit în ochi pe niciunul dintre cei trei investitori care au vorbit la ședința de pronunțare a sentinței, nici chiar atunci când unul dintre ei s-a întors spre Madoff și a încercat să-i vorbească în mod direct. Când, în cele din urmă, Madoff s-a adresat investitorilor și le-a oferit scuze, într-un mod concis și nesincer, acesta a continuat să-și ferească privirea. După părerea mea, Madoff a evitat contactul vizual deoarece îi era rușine de faptul că fusese prins și își pierduse puterea asupra celorlalți. Scuzele sale erau doar cuvinte goale, deoarece nu a stabilit niciun contact vizual cu cei pe care i-a rănit. Aceasta a fost șansa sa de a empatiza cu cei ale căror situații financiare le-a distrus și de a compensa cumva pierderea pe care le-a pricinuit-o. Refuzând să-i privească, Madoff le-a transmis acestora că nu îi pasă cu adevărat de ei; chiar și în acel moment, totul se învârtea doar în jurul lui.

Cu excepția situațiilor în care aveți de-a face cu cineva care este cu adevărat incapabil să deosebească binele de rău, mincinoșii știu când au de gând să spună o minciună. Din acest motiv, aceștia privesc adesea în jos, pentru a se putea concentra asupra minciunii pe care o vor scorni sau pe care tocmai au spus-o. După ce s-a descoperit faptul că Tiger Woods și-a înșelat soția cu nenumărate femei, acesta a avut mereu privirea în jos în timpul discursului său din cadrul unei conferințe de presă. Acest gest i-a făcut pe mulți să-i pună la îndoială sinceritatea. Aceștia se întrebau dacă nu cumva sportivul își cerea scuze doar pentru a-și salva reputația și pentru a nu pierde în viitor și alte contracte pentru reclame publicitare. Evitarea contactului vizual a fost pentru mulți (dacă nu pentru majoritatea) dintre cei care l-au privit în acea zi un semn de nesinceritate. Acest gest, la care se adaugă buzele lipite strâns, a spus multe despre disponibilitatea sa de a recunoaște adulterul în fața întregii lumi. A indicat faptul că e posibil să fi fost chiar forțat de impresarii săi să țină respectiva conferință de presă.

Mincinoșii își țin adesea privirea în jos și pentru că nu vor să fie distrași de reacțiile negative ale celorlalți. Poate că acesta este unul dintre motivele pentru care Bernard Madoff a continuat să se uite în jos în timp ce își cerea scuze cu vorbe goale în instanță. Această privire îndreptată în jos îi ajută pe mincinoși să se concentreze mai bine la misiunea lor de a-i păcăli pe ceilalți, așa cum a fost și în cazul lui John Edwards în timpul interviului din cadrul emisiunii *Nightline*. Edwards pur și simplu nu a putut să-l privească în ochi pe Bob Woodruff în timp ce mințea că nu este el tatăl biologic al copilului său (lucru pe care a trebuit să-l recunoască la câteva luni distanță).

Uneori mincinoșii își acoperă efectiv ochii cu mâinile pentru a evita să vadă sau să fie văzuți. Deoarece poate fi destul de obositor să minți și să ții șirul tuturor invențiilor, mincinoșii își acoperă adesea ochii sau îi apasă, pentru a elibera tensiunea musculară și oboseala din această zonă. Sistemul nervos autonom poate cauza suprasolicitarea musculară a corpului, inclusiv a acestor mușchi minusculi din jurul ochilor.



Fotografia 8.3: Acoperirea sau apăsarea ochilor cu mâinile pot fi forme prin care mincinoșii se liniștesc, în momentele în care sunt implicați într-un act de înșelătorie. Credit foto: Robert Kneschke/Shutterstock, Inc.

### *Privirea insistentă*

Desigur, și varianta inversă poate fi valabilă: o privire insistentă, inconfortabilă, încremenită și de lungă durată, cu ochii larg deschiși, poate fi de asemenea un semn de înșelătorie. Această metodă reprezintă de multe ori încercarea mincinosului de a privi pe cineva în ochi, cu scopul de a da impresia că este o persoană onestă. De fapt, este o formă de compensare excesivă.

Se pare că nimeni nu era mai priceput în a stabili un contact vizual insistent ca escrocul financiar Bernard Madoff. Cum altfel i-ar fi putut

păcăli pe unii dintre cei mai puternici investitori ai Americii? Chiar și cei mai bogați, mai faimoși și mai puternici oameni au căzut pradă înșelăciunii sale. Dacă ar fi știut că trebuie să fie atenți la persoanele care privesc insistent și mențin în permanență contactul vizual, poate că nu s-ar fi implicat în afaceri cu Madoff. Dar, din nefericire, cei mai mulți dintre ei au fost fermecați sau hipnotizați de privirea sa insistentă, interpretând-o greșit ca un semn de grijă autentică față de ei și viitorul lor financiar.

În această fotografie rară cu Madoff, surprinsă înainte ca acesta să fie arestat, puteți să vă dați mai bine seama de felul în care a fost în stare să-și „seducă” potențialii investitori cu ajutorul privirii. Madoff era cunoscut pentru faptul că privea întotdeauna oamenii drept în ochi și îi făcea să se simtă bine în pielea lor. Diana Henriques, o jurnalistă care i-a luat recent un interviu în închisoare, scria: „Acesta nu și-a luat o clipă ochii de la mine. Stătea mereu cu corpul îndreptat spre înainte, părând foarte interesat de tot ce aveam de spus” (din articolul ei din *New York Times*, intitulat „Vrăjitorul minciunilor: Bernie Madoff”). Vorbele lui Henriques arată foarte clar faptul că Madoff a fost un foarte bun ascultător și, în mod evident, încă mai este. Era conștient că păstrarea contactului vizual îi putea face pe oameni să creadă că îi pasă cu adevărat, când, în realitate, nu dădea doi bani pe ei.



Fotografia 8.4: Finanțistul căzut în dizgrație Bernard Madoff era cunoscut pentru faptul că își privea clienții și posibillii investitori drept în ochi, cel mai probabil pentru a-i putea controla și manipula. Credit foto: Exclusive Candid/Splash News

Ca cei mai mulți dintre escroci, Madoff compensa excesiv și privea insistent la oameni mai mult decât era normal, de multe ori chiar fără să clipească la intervale regulate. Și zâmbetul unor asemenea oameni este, de regulă, fals. Dacă acoperiți partea de jos a feței lui Madoff din fotografia 8.4, veți observa că gura sa zâmbește, dar nu și ochii. Acest zâmbet incomplet sugerează ambivalența escrocului față de victimele sale. Madoff încearcă din răspuțeri să fie plăcut, agreabil și simpatic, dar privirea sa rece și indiferentă indică faptul că știe foarte bine ce face.

Cei mai mulți dintre oameni își mișcă din când în când privirea sau și-o îndreaptă într-o anumită direcție când sunt sinceri. În schimb, mincinoșii au o privire rece și insistentă pentru a intimida și a controla, așa cum este și cazul criminalului Drew Peterson. Acesta obișnuia să privească astfel în timpul interviurilor, pentru a-i face pe oameni să creadă că este o persoană onestă, simpatică și mai ales nevinovată, ceea ce bineînțeles că nu era. De fapt, în timp ce era la machiaj, înaintea unui interviu pentru un cunoscut post de televiziune, machieuză mi-a povestit personal cum a simțit că

Peterson îi făcea avansuri. Aceasta a spus că o privea insistent, drept în ochi, refuzând să întrerupă contactul vizual.

Sunt însă convinsă că, prin privirea sa insistentă, Peterson nu dorea să o seducă, ci să o intimideze pe această femeie subțirică, cu un aspect deloc convențional, plină de tatuaje și piercing-uri. Cred că a fost o încercare a sa de a-și exercita puterea și controlul asupra unei persoane pe care nu o înțelegea, asupra unei valori necunoscute, ca să spunem așa. Probabil că proceda la fel și pe vremea când era polițist, privindu-i cu insistență pe cei pe care îi aresta, pentru a-i putea intimida și controla, ca să nu mai vorbim de numeroasele lui soții, asupra cărora avea cu siguranță multă putere.

Oamenii privesc adesea cu insistență și atunci când adoptă o atitudine defensivă. Dacă o fac pe cealaltă persoană să-și ferească privirea sau să clipească prima, înseamnă că au reușit să o intimideze și că sunt în avantaj. Cu siguranță și Lance Armstrong încerca să facă acest lucru când l-a privit insistent pe un jurnalist care îi lua un interviu și care îi adresase întrebări cu privire la presupusul consum de substanțe interzise. Acest gest arogant a coincis și cu alte aspecte similare ale comportamentului său – în special faptul că i-a dat în judecată pentru defăimare pe cei care l-au acuzat că s-a dopat sau care s-au îndoit de el, deși știa foarte bine că spuneau adevărul.



Fotografia 8.5: Lance Armstrong privind cu insistență un jurnalist care îi adresa întrebări cu privire la consumul de substanțe care îmbunătățesc performanța sportivă. E foarte posibil ca privirea sa să fi avut ca scop intimidarea respectivei persoane. Credit foto: Jennifer Lorenzini/Splash News

### *Privirea aspră*

Privirea aspră este foarte diferită de cea insistentă, deoarece implică și un moment de furie, spre deosebire de cea insistentă și constantă. Este însă tot un tip de privire ostilă. Se face cu ochii îngustați și durează doar o perioadă scurtă. Este un fel de semn de punctuație ocular care transmite următorul mesaj: *te privesc pentru a mă asigura că dai semne că crezi minciuna pe care tocmai ți-am spus-o – ar fi bine să o faci*. Privirea aspră spune de asemenea: *sunt furios pentru că te îndoiești de minciuna mea*.

În fotografia 8.6 îl putem vedea pe fostul președinte Bill Clinton arătând acuzator cu degetul și privind furios în timp ce declară insistent că

este nevinovat și că nu a întreținut relații sexuale cu domnișoara Lewinsky. Dacă vedeți o astfel de privire aspră, să știți că respectiva persoană fie este furioasă, fie minte, fie ambele variante sunt valabile.



Fotografia 8.6: Președintele Bill Clinton privind cu furie și răceală în timp ce neagă că a întreținut relații sexuale cu Monica Lewinsky. Credit foto: Joyce Naltchayan/Staff AP/Getty Images

### *Ochii larg deschiși, plini de uimire*

Când oamenii mint, veți vedea adesea cum deschid ochii larg, iar sprâncenele și fruntea li se ridică, într-o grimasă plină de uimire și șoc. Este o expresie facială spontană de încântare, deoarece mincinosul este bucuros că i-a funcționat șiretlicul și simte plăcere atunci când culege roadele minciunii sale. În sinea sa, mincinosul este adesea uimit de faptul că minciuna sa a fost crezută și i se pare incredibil că nu a fost prins. Așa se explică ochii larg deschiși și uimirea care se citea periodic pe fața lui Lance Armstrong înainte și în timpul scandalului. Faptul că a reușit să câștige Turul Franței trișând de atâtea ori a fost surprinzător chiar și pentru el.

Ochii larg deschiși și plini de uimire reprezintă un gest care este făcut în trei situații: a) când minciuna este compromisă dintr-un motiv sau altul; b) când mincinosul simte că cineva s-a prins de ceea ce se întâmplă; c) când mincinosul este confruntat direct cu privire la minciuna sa – cu alte cuvinte, atunci când este prins. Această expresie apare pe fața lui exact atunci când își dă seama că nimeni nu îl crede. Când se întâmplă acest lucru, albul ochilor săi devine mult mai vizibil, iar ochii par mai mari și mai rotunzi. Lindsay Lohan a avut această expresie pe față în sala de judecată, în momentul în care a auzit o mărturie convingătoare care probabil că i-a scos la iveală înșelătoria.



Fotografia 8.7: Lindsay Lohan cu ochii larg deschiși și plini de uimire în timp ce ascultă o mărturie adevărată despre ea și pare uimită sau de-a dreptul stupefiată. Credit foto: Pool/London Entertainment/Splash News

Cel mai adesea, Larry King este un jurnalist inofensiv, susținându-și invitații în timpul interviurilor. Dar în momentul în care l-a confruntat pe Lance Armstrong, în mod direct și îndrăzneț, în legătură cu consumul de substanțe interzise, ochii sportivului au devenit vizibil mai mari, arătându-și tot mai mult din albul ochilor în timp ce încerca să se justifice.

Probabil că cel mai bun exemplu în acest sens este fotografia lui O.J. Simpson, surprinsă în timp ce povestea despre ceea ce le-ar spune copiilor săi (la vremea aceea în vârstă de 18, respectiv 15 ani) dacă aceștia l-ar întreba ce s-a întâmplat cu mama lor. Jurnalistei care îi lua interviul, Catherine Crier, precum și multora dintre cei care urmăreau emisiunea le-a venit greu să creadă că cei doi copii nu întrebaseră sau nu discutaseră până atunci despre ceea ce a pățit mama lor.



Fotografia 8.8: O.J. Simpson cu ochii larg deschiși, plini de uimire. Albul ochilor săi se vede foarte clar, în timp ce încearcă să inventeze o poveste în timpul interviului la Court TV.

Credit foto: AdLIB Design/Splash News

### *Clipitul rapid din pleoape*

Unul dintre cele mai comune indicii care ne ajută să descoperim un mincinos este clipitul rapid și neobișnuit. Aceasta este adesea o reacție automată și un indicator puternic al stresului sau al fricii – în cazul acesta fiind vorba de frica de a nu fi prins cu minciuna. Probabil că cel mai cunoscut studiu asupra clipitului și a legăturii sale cu procesele gândirii este cel realizat de specialiștii care au analizat discursul dezonorant al

fostului președinte al Statelor Unite Richard Nixon, în timpul căruia a declarat că nu este un escroc, clipind anormal de rapid în mai multe rânduri. Conform cercetărilor, acest din urmă gest dovedea că nu a spus adevărul în acele momente.

Există numeroase alte exemple de politicieni, din toate partidele politice și de toate categoriile, care au fost observați clipind rapid în timp ce își mințeau alegătorii. În cadrul unui interviu realizat de Bob Woodruff pentru emisiunea *Nightline*, John Edwards clipea din pleoape în succesiuni rapide ori de câte ori i se adresa o întrebare la care nu voia să răspundă. Când, în cele din urmă, oferea un răspuns, o făcea mințind pe față și clipind din pleoape. Ați fi putut spune că avea un tic în momentele în care insista că este „imposibil din punct de vedere fizic” ca el să fie tatăl copilului amantei sale Rielle Hunter.

### *Frecarea ochilor*

Minciuna presupune foarte mult efort. Este obositor când trebuie să rămâi mereu în alertă pentru a merge mai departe cu minciuna. Când suntem obosiți, ne frecăm mereu la ochi, așa cum fac și copiii. Uneori, puteți observa acest comportament și la suspectii interogați, după ce au mințit în permanență autoritățile. Frecatul ochilor este un gest care se întâmplă destul de frecvent și în sala de judecată. Este o reacție involuntară pentru a calma și a elibera tensiunea și oboseala mușchilor din jurul ochilor.

Frecarea ochilor poate fi asociată și cu mâncărimile supărătoare care se instalează când circulația sangvină crește, iar capilarele mici din jurul ochilor se dilată. Este o componentă a aceleiași reacții involuntare care apare când există tensiune, stres sau încordare. Copiii își freacă adesea ochii atunci când sunt foarte obosiți sau când mint. Fie că este vorba despre un copil sau despre un adult, dacă cineva își acoperă ochii cu

măinile și face mișcări de frecare, poate însemna că are ceva de ascuns și la modul figurat, fiind un semn clar de înșelătorie.

### *Privirea schimbătoare*

Mincinoșii privesc adesea într-o parte când mint. Pot privi la dreapta sau la stânga ori își pot schimba direcția privirii de colo colo, ca și cum ar fi în căutarea unui răspuns. Acest tip de privire schimbătoare a putut fi observat la fostul președinte american Richard Nixon în timpul dezonorantului său discurs în care a declarat că nu este un escroc. Ochiul său s-a mișcat spre partea dreaptă, în timp ce a declarat: „Nu am încălcat niciodată legea în toți anii mei de viață publică”. În mod evident, acesta știa foarte bine că nu fusese așa, având în vedere că, în cele din urmă, a fost pus sub acuzare în afacerea Watergate.

Când mințim cu privire la ceea ce simțim pentru cineva, ne schimbăm adesea privirea, pentru a ne uita la persoana respectivă cu coada ochiului. De exemplu, în fotografia 8.9, Nicki Minaj are capul îndreptat spre înaintea, dar trage cu coada ochiului spre dreapta, privind-o pe Mariah Carey. Pe de altă parte, aceasta din urmă este mai directă, mișcându-și capul în timp ce se uită la Nicki.

După părerea mea, privirea piezișă a lui Nicki confirmă faptul că ea și Mariah Carey, colega ei de juriu din cadrul concursului *American Idol*, nu se prea îndrăgeau. Deși ambele artiste au declarat public faptul că nu erau certate, limbajul fețelor lor ne spune o poveste foarte diferită.



Fotografia 8.9: Nicki Minaj (în partea dreaptă) privind pieziș la colega ei de juriu, Mariah Carey (în partea stângă). Credit foto: Getty News Entertainment

### *Privirea îngustată*

Când sunt furioși, neîncrezători sau suspicioși, îi veți vedea adesea pe oameni îngustându-și privirea dezaprobator. Dar și mincinoșii fac același gest atunci când vor să arate că au tot dreptul să fie indignați. Îi privesc pe ceilalți cu dezaprobare, pentru că au îndrăzneala de a se îndoi de veridicitatea spuselor lor. Când un mincinos privește cu ochii întredeschiși în timp ce minte, este vorba de un gest involuntar. În esență, acesta se autoevaluează, în mod inconștient, în funcție de cuvintele cu tentă negativă care tocmai i-au ieșit pe gură. Prin privirea sa îngustată, acesta transmite practic mesajul: *nu vreau să îmi detectați minciuna.*



Fotografia 8.10: O.J. Simpson îngustându-și privirea în timpul interviului de la Court TV, la 10 ani după uciderea soției sale. Credit foto: AdLIB Design/Splash News

Privirea îngustată poate indica și faptul că mincinosul încearcă să sublinieze o anumită idee. În acest caz, este vorba de exprimarea unei indignări prezumțioase. De-a lungul timpului, O.J. Simpson a dat dovadă de indignare prezumțioasă de fiecare dată când i-au fost adresate întrebări legate de implicarea sa în uciderea soției sale. În fotografia 8.10, e foarte probabil ca privirea sa îngustată să reflecte faptul că era iritat de atâtea întrebări, ceea ce, în mod ironic, i-a făcut pe mulți oameni să creadă că a fost, într-adevăr, implicat în această crimă.

Lance Armstrong a privit și el cu ochii îngustați în multe dintre interviurile pe care le-a dat, mai ales atunci când a avut de-a face cu întrebări legate de consumul său de substanțe care îmbunătățesc performanța sportivă. Privirea sa îngustată reflecta, probabil, furia și lipsa de confort pe care le simțea în momentele în care trebuia să răspundă la astfel de întrebări. În mod similar, l-am văzut pe fostul președinte Bill Clinton privind cu ochii îngustați în timp ce declara, plin de indignare, că nu avusese o aventură amoroasă. Ochii săi pe jumătate închiși reflectau furia pe care o resimțea din cauză că poporul american îndrăznește și să

ia în considerare faptul că el ar fi putut să facă un lucru atât de dezgustător.

### *Sprâncenele ridicate și fruntea încrețită*

Sprâncenele ridicate și/sau fruntea încrețită, asemenea ochilor larg deschiși și plini de uimire, sunt alte două gesturi care pot indica înșelătoria. În fotografia 8.11, îl puteți vedea pe O.J. Simpson cu sprâncenele ridicate și fruntea încrețită în timp ce discută despre uciderea soției sale, la 10 ani de la tragedie. Aceste gesturi au fost și mai evidente când intervievatorul i-a adresat câteva întrebări directe și pătrunzătoare legate de uciderea soției sale și a prietenului acesteia.



Fotografia 8.11: O.J. Simpson cu sprâncenele ridicate și fruntea încrețită, două semne frecvente ale înșelătoriei, în timpul interviului acordat postului de televiziune Court TV.

Credit foto: AdLIB Design/Splash News

Cercetătorii de la University of British Columbia au descoperit că mincinoșii sunt adesea trădați de mișcările acestor mușchi foarte mici, care au loc cel mai probabil din cauza tensiunii și a reacției sistemului

nervos autonom. Acest tip de limbaj facial a fost afișat de Lance Armstrong în multiplele interviuri pe care le-a oferit de-a lungul timpului, de fiecare dată când a fost întrebat despre dopaj. Expresia sa facială indica faptul că era uimit și indignat că oamenii îndrăzneau să-i pună la îndoială onestitatea.

## Nasul știe

Când sistemul nervos autonom preia controlul, capilarele dilatate cauzează și mărirea membranelor mucoase, ceea ce duce adesea la senzația de umflare a nasului și de mâncărime la nivelul acestuia. Fie că vă vine să credeți sau nu, nasul unui mincinos crește în mod real, exact ca și cel al personajului Pinocchio din producțiile Disney, doar că nu la fel de tare. Din acest motiv, îi veți vedea adesea pe mincinoși trăgându-se de nas sau scărpinându-l în timp ce mint. Acest comportament poate fi observat frecvent la copii. De asemenea, cei mici vor face aceste gesturi și când își vor auzi părinții sau frații mințind.

Richard Heene, tatăl băiețelului din balon, a mințit presa cu privire la farsa pe care o crease și la fel a făcut și fiul său mai mare, Bradford. Acesta din urmă știa foarte bine că tatăl său spusese numai minciuni în toate interviurile în care vorbise despre fiul său cel mic, Falcon, și despre implicarea sa în farsă. Din acest motiv, Bradford a fost surprins adesea scărpinându-și nasul în interviuri și fotografii.

Celebritățile își scarpină adesea nasul în timpul interviurilor, atunci când nu doresc să facă dezvăluiri despre viața lor personală.



Fotografia 8.12: Jennifer Aniston scărpinându-și nasul în platoul emisiunii *Early Show* de la CBS. Credit foto: James Devaney/Splash News

Se pare că viața amoroasă a lui Jennifer Aniston a devenit un subiect fierbinte pentru presă din momentul în care mariajul său cu Brad Pitt a luat sfârșit într-un mod atât de scandalos, acesta părăsind-o pentru colega de platou din filmul *Domnul și doamna Smith*, actrița Angelina Jolie. Reporterii doresc în permanență să știe cu cine se întâlnește, dacă este ori nu logodită sau însărcinată. Ca majoritatea oamenilor, cu siguranță că și Jennifer își dorește să aibă uneori parte de intimitate. Faptul că și-a scărpinat nasul poate indica o minciună prin omisiune – probabil că nu a dorit să împărtășească totul intervievatorului ei din ziua respectivă.

### *Strănutul*

Deși strănutul poate fi pur și simplu cauzat de alergii, răceală sau substanțe iritante din mediul înconjurător, uneori poate fi un semn al

minciunii. Deoarece capilarele și celelalte vase de sânge de la nivelul nasului și al membranelor mucoase au tendința de a se dilata din cauza acțiunilor sistemului nervos autonom, este un lucru obișnuit să auzim pe cineva strănutând în timp ce minte. Astfel, vechea superstiție conform căreia strănutăm doar atunci când spunem adevărul nu este altceva decât un mit și o poveste de adormit copiii. De fapt, e posibil să fie cu totul invers: să strănutăm atunci când spunem o minciună.

În cazul copiilor, strănutul în timpul unei minciuni este mult mai frecvent decât la adulți. Acest lucru se întâmplă deoarece fosele nazale și membranele mucoase ale copiilor sunt mult mai sensibile la schimbările ce au loc la nivelul sistemului nervos autonom.

### *Nărilor dilatate*

Este un lucru obișnuit să vedeți cum mincinoșilor li se dilată ușor părțile laterale ale nasului în timp ce inspiră. Acest lucru se întâmplă deoarece rămân adesea fără aer și au nevoie să inspire mai mult aer. Când sistemul nervos autonom al mincinosului preia controlul, iar corpul lui este suprasolicitat, acesta are nevoie urgent de mai mult oxigen și astfel inhalează mai mult aer pe nas.

În timpul interviului său cu Oprah, Lance Armstrong a putut fi văzut frecvent inspirând puternic pe nas, ceea ce făcea ca nările să i se dilate. Acest comportament indică posibilitatea ca în momentele respective sportivul să nu fi fost pe deplin sincer sau să fi ascuns informații.



Fotografia 8.13: Nărilor dilatate pot fi un semn de înșelătorie. Credit foto: Gleb Smenjuk/Shutterstock, Inc.

## Schimbările de la nivelul gurii

### *Gura uscată și umezirea buzelor*

Dacă veți avea ocazia să urmăriți vreodată înregistrările video ale unui interogatoriu în care suspectul se dovedește a fi vinovat, veți observa adesea că acestuia îi este din ce în ce mai greu să vorbească. Acest lucru se datorează faptului că gura sa devine dintr-odată foarte uscată, ca și cum ar avea o bucată de vată prinsă de cerul gurii. Polițiștii și autoritățile americane care efectuează interogatoriul numesc acest fenomen *gura plină cu vată*. În astfel de momente de stres, sistemul nervos autonom reduce salivarea, ceea ce duce la uscarea membranelor mucoase de la nivelul gurii. Când suspectilor li se oferă un pahar cu apă, de multe ori aceștia beau toată cantitatea dintr-odată, pentru a-și potoli setea. Aceasta este o dovadă în plus a faptului că aveau gura uscată în timp ce încercau să nu se incrimineze pe durata interogatoriului.

Un alt semn vizibil al gurii uscate este reprezentat de prezența mucozităților uscate sau a salivei de culoare albicioasă în ambele colțuri ale gurii, pe buza inferioară sau chiar pe părțile laterale ale limbii. În ziua pronunțării sentinței din procesul lui O.J. Simpson, în care a fost acuzat de jaf armat și răpire, acesta a putut fi văzut umezindu-și colțurile gurii cu limba; în mod clar, lui Simpson i se uscaseră gura în timp ce aștepta să-și afle pedeapsa, care, în cele din urmă, a fost să-și petreacă aproape tot restul vieții în spatele gratiilor.



Fotografia 8.14: O.J. având gura uscată în timpul interviului acordat postului de televiziune Court TV. Credit foto: AdLIB Design/Splash News

Când avem gura uscată e foarte dificil să mișcăm și să manevrăm limba în zona buzelor sau a dinților, ceea ce îngreunează vorbirea. Din cauza membranelor mucoase uscate, limba pare să se lipească de interiorul obrazilor și de cerul gurii, dându-ne impresia că este mai groasă și mai lată.

În fotografia 8.14 îl putem vedea pe O.J. ștergându-și saliva uscată ce se acumulase în colțurile gurii. Acesta este tot un semn al gurii și al membranelor mucoase uscate, cel mai probabil din cauza comportamentului înșelător. Mincinoșii își umezesc adesea buzele cu

ajutorul limbii în încercarea de a scăpa de senzația de uscăciune. Prin urmare, când vedeți că cineva își umezește buzele în acest mod, să știți că este posibil să vă mintă – depinzând, bineînțeles, de context, precum și de nivelul de referință al persoanei respective.

### *Zâmbetul fals*

Un zâmbet autentic poate fi identificat după următoarele patru indicii: ochii trebuie să prezinte încrețituri (sau așa-numitele riduri „laba gâștei”), pomeții trebuie să fie ridicați, dinții trebuie să fie vizibili, iar gura trebuie să fie întredeschisă, cu colțurile buzelor îndreptate în sus. Dacă nu observați toate aceste patru elemente înseamnă că persoana respectivă are un zâmbet fals, încordat sau forțat, încercând să-și mascheze adevăratele sentimente.



Fotografia 8.15: Grimasa falsă și cu buzele strânse făcută de Lance Armstrong în timpul unui interviu cu un jurnalist în cadrul unei conferințe de presă. Credit foto: Jennifer Lorenzini/Splash News

În fotografia 8.15 îl putem vedea pe Lance Armstrong afișând un zâmbet încordat și fals, în timpul unui interviu în care era întrebat despre acuzațiile de dopaj care i se aduceau. Există o fotografie similară de-a lui Armstrong, surprinsă în timpul ceremoniei de închidere a Turului Franței din 2010. Tocmai i se striga numele pentru a merge să-și ridice premiul. Sportivul știe că ar trebui să fie fericit, așa că zâmbește, dar zâmbetul său nu este unul autentic. Pomeții obrazilor săi nu sunt ridicați, ochii nu formează riduri, iar buzele sale sunt strânse în poziție orizontală, în loc să fie îndreptate în sus și depărtate, astfel încât să-i lase dinții la vedere. Acest zâmbet încordat și foarte fals arată care îi erau adevăratele trăiri – și anume că nu putea fi cu adevărat fericit și mândru de realizările sale,

deoarece știa că trișase, nu numai în acea cursă, ci în toate cursele anterioare din Turul Franței.

Dacă vă uitați la reluarea emisiunii *Nightline* în care a fost prezentat interviul acordat de John Edwards, veți vedea că este plină de exemple de zâmbet fals, deoarece gura politicianului zâmbește, dar nu și ochii sau obrajii lui. Acest zâmbet fals este evident mai ales când neagă faptul că este tatăl copilului lui Rielle Hunter și afirmă: „Voi fi bucuros să dovedesc că acel copil nu este al meu”. În timp ce rostea acele cuvinte, Edwards era conștient că mințea, deoarece știa foarte bine că el este tatăl biologic al acelui copil.

Edwards a afișat același zâmbet fals chiar și în fotografia realizată după arestarea lui, în încercarea de a da impresia că este fericit și că totul e sub control. În realitate, bineînțeles că *nu* era fericit că a fost arestat și că trebuia să i se facă acea fotografie. Nimeni nu ar putea fi cu adevărat fericit într-o asemenea situație! Ochii săi nu zâmbesc și există o încordare vizibilă la nivelul maxilarului inferior, dinții săi părând să fie încleștați, ceea ce nu se întâmplă în cazul unui zâmbet autentic. Mai mult decât atât, pomeții săi par căzuți, și nu ridicați, așa cum se întâmplă atunci când zâmbim cu adevărat.



Fotografia 8.16: Zâmbetul fals al lui John Edwards din fotografia realizată după arestarea lui pentru acuzația de fraudă financiară în timpul campaniei electorale. Credit foto: Splash News

În general, o persoană care zâmbește cu sinceritate vă va privi direct în ochi și nu-și va îndrepta capul în jos sau într-o parte. Altfel, zâmbetul probabil că nu e unul autentic. În timpul interviului din cadrul emisiunii *Nightline*, Edwards a privit adesea în jos, rânjind încordat atunci când vorbea despre paternitatea copilului amantei sale. Chiar și înainte de începerea interviului, Edwards a afișat același zâmbet fals și forțat pe care îl avea în fotografia de la dosarul poliției și a continuat să-și arate falsa stare de fericire în timp ce se străduia să intre în grațiile gazdei emisiunii. În timp ce Edwards povestea cât este de încântat să participe la emisiune, pentru a avea ocazia de a spune cum stau lucrurile „din perspectiva lui”, limbajul său facial indica faptul că nu era deloc prea bucuros. O persoană care zâmbește forțat și cu jumătate de gură cu siguranță nu este deloc încântată. Toate aceste gesturi erau semne clare de înșelăciune.

Bernard Madoff este un alt mincinos căruia îi place să afișeze un zâmbet fals. Observați-i zâmbetul, cu buzele strânse și ochii deloc prietenoși, în fotografia 8.17, surprinsă în timp ce părăsea sala de judecată, în anul 2008. E posibil ca fața sa să-i fi trădat starea de nervozitate. Dorea să pară binevoitor și prietenos într-un mediu în care presa striga cuvinte ostile la adresa sa, iar fotografiile îl înconjurau din toate părțile. Mai mult chiar, unul dintre fotografi și-a lăsat camera la o parte pentru a-l îmbrânci pe Madoff, iar finanțistul a reacționat cu furie și l-a admonestat, spunându-i că nu acceptă să fie împins.



Fotografia 8.17: Zâmbetul fals al lui Bernard Madoff l-a deranjat atât de mult pe un fotograf, încât acesta din urmă l-a îmbrâncit pe finanțist. Credit foto: Splash News

După ce a fost trimis în judecată și condamnat pentru nenumărate capete de acuzare pentru molestare de minori, pedofilul Jerry Sandusky, fost antrenor la echipa de fotbal a Penn State University, nu avea niciun motiv să zâmbească. La fel cum nu avea niciun motiv să zâmbească atunci când i-a fost refuzat un nou proces, după pronunțarea sentinței. Și cu siguranță nu avea absolut niciun motiv să zâmbească când a aflat că-și va petrece restul vieții în închisoare (cel mai probabil, luptându-se pentru a supraviețui în momentele în care ceilalți deținuți îl vor ataca, în mod inevitabil, pentru faptul că este un pedofil).

Cu toate acestea, dacă vă uitați cu atenție la zâmbetul lui, veți vedea că este unul fals. Dinții săi sunt încheștați, iar ochii și pomeții îndreptați în jos. Asta înseamnă că, deși încerca să zâmbească la exterior, în interiorul său era foarte tulburat. Sandusky s-a folosit de zâmbetul său nu numai pentru a-i atrage de partea sa pe colegii săi de la Penn State University, ci și pe jucători, sponsori, reprezentanți ai mass-media sau chiar pe copiii care i-au căzut victime. Poate că zâmbea în încercarea involuntară de a-i fermeca pe toți cei cu care intra în contact, astfel încât aceștia să nu-l vadă ca pe monstrul care era în realitate.

## Mișcarea buzelor într-o parte

Când cineva își mișcă buzele într-o parte sau își mușcă interiorul buzei inferioare în timp ce o deplasează lateral, este posibil să aveți de-a face cu un mincinos.



Fotografia 8.18: Mișcarea buzelor într-o parte este adesea un semn de înșelătorie. Credit foto: Vladyslav Starozhylov/Shutterstock, Inc.

De obicei, oamenii își mișcă buzele în acest fel când mint cu privire la sentimentele pe care le au față de ceilalți. De exemplu, dacă cineva nu vă

place cu adevărat, se va da de gol prin faptul că își va mișca buzele într-o parte. În mod normal, acest gest implică doar buza inferioară, dar uneori este posibil să vedeți persoane mișcându-și buza superioară. Acest gest implică și ideea de dezgust.



Fotografia 8.19: Buza superioară ridicată într-o parte implică ideea de dezgust și reprezintă adesea un semn de înșelătorie.  
Credit foto: Guryanov Andrey/Shutterstock, Inc.

Puteți vedea adesea această expresie facială la cuplurile care au probleme, dar care încearcă să păstreze aparențele în fața prietenilor și familiei. Până la finalul unei întâlniri cu aceștia, veți vedea uneori cum unul dintre ei își va mișca buza superioară cu dezgust, un gest făcut în batjocură, care vă va avertiza că mariajul lor nu este chiar atât de fericit, indiferent de cât de politicoși ar vorbi cei doi soți. De asemenea, puteți observa acest gest și la colegii de serviciu, angajatorii sau angajații competitivi. Când cineva nutrește sentimente negative față de dumneavoastră, dar nu le dezvăluie de frica unor eventuale repercusiuni sau a stricării relațiilor de muncă, veți observa la un moment dat această expresie facială.

Cu ceva timp în urmă am urmat un curs pentru a deveni mediator, unde am avut mai mulți profesori. Am observat că profesoara X și-a mișcat cu dezgust buza superioară într-o parte în timp ce era prezentată de profesorul Y. Bineînțeles că, imediat ce a început să țină cursul, profesoara

X a găsit ocazia de a-l „ataca” pe profesorul Y, ba mai mult, a continuat să-l insulte pe acesta pe durata întregului curs. Era clar că nu-l suporta pe profesorul Y și făcea eforturi pentru a fi drăguță și pentru a se comporta civilizată cu acesta. Dar chiar și înainte de a-l insulta în mod public, profesoara X s-a dat de gol prin mișcarea plină de dezgust a buzei superioare.

Mișcarea buzei într-o parte, fie că e vorba de cea superioară sau cea inferioară, este un semn clar de înșelătorie. În timpul interviului său din cadrul emisiunii *Nightline*, John Edwards a fost văzut de mai multe ori cu această expresie pe față. Politicianul și-a mișcat buzele în lateral în momentele în care declara că soția sa, Elizabeth, l-a iertat după ce a aflat că avusese o aventură amoroasă. Faptul că și-a mișcat buzele indică foarte clar că mințea. Ulterior a apărut în presă faptul că Elizabeth nu-l iertase imediat după ce aflase de aventură și de copilul nelegitim; în schimb, se pare că aceasta l-ar fi dat afară din casă. Edwards a făcut aceleași mișcări cu buzele în timp ce părăsea sala de judecată, în perioada în care fusese condamnat de fraudă financiară în campania electorală, un proces care aproape că l-a costat libertatea. Acesta încerca să afișeze chipul unui om încrezător, prin zâmbetul său zeflemitor; cu toate acestea, buzele sale arătau clar că mințea și că nu avea niciun motiv să fie fericit în timp ce-și aștepta sentința, având în vedere că ar fi putut primi o condamnare la închisoare.

Același gest a fost făcut, în mod repetat, de Susan Smith, o femeie care a declarat că un „străin de culoare” i-a răpit copiii, când adevărul era că femeia însăși i-a dus la un râu și i-a înecat pe micuți. Mișcarea buzelor într-o parte și lacrimile false vorbeau de la sine în momentele în care Susan declara că își dorește ca fiii săi să se întoarcă, deși știa foarte bine că ea era cea care îi omorâse. Această femeie a continuat să-și miște vizibil buzele într-o parte și în timpul procesului. Când cineva se simte

vinovat, veți vedea adesea această expresie pe fața lui, care este un semn de înșelătorie foarte evident.

*Plăcerea de a înșela – zâmbetul subtil,  
pasager și nepotrivit*

Când cineva zâmbește pe neașteptate atunci când ar trebui să fie trist, serios sau supărat înseamnă că resimte plăcerea de a înșela. O astfel de persoană arată că este fericită, chiar dacă fericirea sa nu se potrivește deloc în context. Probabil că cel mai uimitor exemplu în acest sens este reacția lui Arnold Schwarzenegger din timpul unui interviu acordat emisiunii *60 Minutes*, în care actorul povestește cum a înșelat-o pe soția sa, Maria Shriver, cu menajera, relație din care a rezultat un fiu nelegitim.

În timpul interviului, reporterul Leslie Stahl îl confruntă direct pe Arnold, spunându-i: „În cartea dumneavoastră vorbiți despre o aventură cu o actriță. Ați înșelat-o pe Maria?”. În loc să pară chinuit de remușcări sau să adopte o expresie facială serioasă, Arnold a dat afirmativ din cap, lăsând să-i scape un zâmbet ofensator de satisfacție. E foarte posibil ca acel zâmbet să însemne că Arnold nu avea remușcări cu privire la faptul că o înșelase pe Maria. Deși a declarat că se simțea prost pentru ceea ce făcuse, limbajul său facial dovedea exact opusul. Mai mult decât atât, părea că se simțea foarte bine în timp ce își amintea de aventura sa cu respectiva actriță.

Teroriștii care sunt capturați afișează adesea o expresie de încântare. Chiar dacă declară că regretă ceea ce au făcut, zâmbetul care se ivește pe fețele lor pare inevitabil, așa cum s-a întâmplat și în cazul „teroristului din Bali”, Huda bin Abdul Haq, cunoscut și sub numele de „Muklas”. Acest bărbat zâmbește în aproape toate fotografiile. În momentul în care un jurnalist l-a întrebat dacă își regretă faptele, acesta a declarat că îi pare rău că au murit atât de mulți musulmani în acea zi, dar a spus-o cu zâmbetul

pe față. Probabil că, în sinea lui, acesta era mulțumit de faptul că au murit foarte mulți oameni. Poate că s-a gândit la faptul că, *până la urmă, musulmanii nu aveau ce căuta pe insula Bali sau în apropierea acesteia.*

### *Buzele ținute*

Când oamenii își țin buzele după ce spun o minciună înseamnă adesea că nu vor să spună mai multe. La fel ca în cazul acoperirii gurii cu mâna, gestul poate fi interpretat ca un semn de punctuație care transmite mesajul: *Mi-am spus minciuna și am terminat. Nu mai am nimic de spus!* După ce fostul președinte Bill Clinton a spus minciuna care a făcut înconjurul lumii, acesta a expediat publicul și presa, ținându-și buzele ținute strâns. Prin gestul său, a lăsat să se înțeleagă foarte clar că nu mai avea nimic de spus publicului în legătură cu chestiunea respectivă. Ceea ce este interesant e faptul că Bill Clinton a continuat să-și țină buzele ținute în timp ce declara că îi pare rău pentru ceea ce a spus și a făcut, chiar și după ce a fost declarat nevinovat de sperjur și de obstrucționare a justiției.

Uneori, unii oameni își țin buzele sau le apasă una de alta în momentul în care aud un adevăr neplăcut la adresa lor. Acești oameni încearcă să-și arate nevinovăția, continuând în minciună și păstrând liniștea. Este modul lor involuntar și tăcut de a-și transmite lor înșiși să nu spună prea multe. Deși Tiger Woods și-a cerut scuze pentru faptul că și-a înșelat soția, buzele sale ținute cu putere indicau faptul că mai erau multe de spus; și, într-adevăr, ulterior au apărut mai multe femei care au declarat că au avut și ele aventuri amoroase cu sportivul.



Fotografia 8.20: Lance Armstrong lipindu-și buzele strâns după ce i-a fost adresată o întrebare legată de dopaj, în timpul unei conferințe de presă. Credit foto: Jennifer Lorenzini/Splash News

### *Mușcarea buzelor*

Uneori, oamenii își mușcă buzele când mint sau cu puțin timp înainte. Dacă cineva vorbește cu dumneavoastră și se oprește dintr-odată pentru a-și mușca buza inferioară, sunt mari șanse să vă fi spus o minciună sau să vă fi ascuns informații relevante.

În acest context, mușcarea buzelor este un gest involuntar și autoprotector, prin care mincinosul se oprește din a spune mai multe. Cu puțin timp înainte ca fostul președinte Bill Clinton să-și ceară scuze în fața poporului american pentru că mințise cu privire la aventura sa amoroasă cu Monica Lewinsky, l-am putut vedea mușcându-și buza inferioară, ca și

cum ar fi vrut să controleze ceea ce avea să spună. Limbajul său facial ar putea sugera faptul că nu dorea să dea mai multe informații decât erau necesare.



Fotografia 8.21: Mușcarea buzelor reprezintă adesea un semn de înșelătorie. Credit foto: Marcell Mizik/Shutterstock, Inc.

## Mișcarea și poziționarea maxilarului

### *Maxilarul proeminent*

Mișcarea și poziționarea maxilarului ne pot oferi indicii ale înșelătoriei. Maxilarul se poate mișca imediat după ce o persoană a spus o minciună. De multe ori, după o minciună, maxilarul va ieși în afară ca un semn de sfidare. Același lucru se poate întâmpla și atunci când o persoană este furioasă pentru că vă îndoiiți de ea și nu îi acordați încredere. Un exemplu clar în acest sens a fost oferit de O.J. Simpson, în timpul interviului acordat jurnalistei Catherine Crier, atunci când i-au fost adresate întrebări legate de uciderea soției sale, Nicole, la împlinirea a 10 ani de la moartea acesteia.



Fotografia 8.22: Observați maxilarul proeminent al lui O.J. Simpson în timpul unui interviu în care i se adresează întrebări cu privire la moartea soției sale. Credit foto: AdLIB Design/Splash News

### *Maxilarul căzut*

Maxilarul își schimbă adesea poziția în mod vizibil când cineva este prins cu minciuna. În aceste cazuri puteți vedea cum efectiv persoanei respective „îi cade fața”. Acest fenomen poate avea loc atât cu buzele depărtate, cât și cu ele lipite. De multe ori, maxilarul căzut (cu sau fără gura deschisă) reprezintă o reacție involuntară care indică o stare de uimire sau de șoc. Această stare nu este neapărat provocată de un incident negativ (gândiți-vă, de exemplu, la cineva care câștigă la loterie sau care își revede o rudă după foarte mulți ani).

Căderea maxilarului a fost foarte vizibilă la Richard Heene, atunci când reportera emisiunii *Today Show*, Meredith Viera, l-a întrebat pe tatăl „băiatului din balon” dacă tot ceea ce s-a întâmplat a fost doar o farsă. Richard a fost atât de surprins de această întrebare directă, încât efectiv i-a căzut fața de uimire. Când minciuna cuiva este demascată, mușchii de la nivelul maxilarului se pot relaxa brusc, iar mincinosul pierde atât

controlul asupra musculaturii sale faciale, cât și asupra minciunii. Lindsay Lohan avea maxilarul căzut și ochii larg deschiși, plini de uimire, în sala de judecată din Beverly Hills, în timp ce asculta declarațiile martorilor care ar fi putut să o incrimineze în fața judecătorului.



Fotografia 8.23: Lindsay Lohan rămasă cu gura căscată și cu ochii larg deschiși, plini de uimire, după ce a auzit o mărturie la adresa ei care a șocat-o. Credit foto: Pool/London Entertainment/Splash News

Maxilarul poate să se deplaseze în jos și în timp ce o persoană minte. În fotografia 8.24 putem să-l observăm pe O.J. Simpson surprins în timp ce vorbea despre ceea ce ar face dacă fiii săi adolescenți l-ar întreba vreodată despre uciderea soției sale Nicole. Răspunsul său a fost atât de incredibil, încât probabil că l-a surprins chiar și pe el însuși.



Fotografia 8.24: O.J. Simpson cu fața căzută, în timp ce născocеște o poveste la Court TV, cu ocazia împlinirii a 10 ani de la uciderea soției sale. Credit foto: AdLIB Design/Splash News

### *Maxilarul încleștat*

Se poate adesea observa o încordare vizibilă a musculaturii de la nivelul maxilarului când cineva minte sau este furios ori uimit. În timpul procesului lui O.J Simpson, în care sportivul a fost acuzat de crimă, se putea vedea clar cum mușchii de la nivelul maxilarului său inferior pulsau și se încordau în momentele în care declarațiile martorilor îi atingeau un punct sensibil. Această încordare este cauzată de presiunea involuntară asupra dinților din spate, jos; mușchii se încordează și încep adesea să pulseze sau să aibă spasme. Veți observa adesea mișcări imediat sub pomeți sau cam la doi-trei centimetri de ureche.

În fotografia 8.25, puteți observa musculatura facială proeminentă a lui Lance Armstrong, în timp ce-și lipește strâns buzele și strânge din dinți. Acest gest arată că sportivul era foarte încordat și chiar furios – ceea ce nu e deloc de mirare, având în vedere că un reporter tocmai îi adresase o întrebare directă despre dopaj. Majoritatea mincinoșilor devin furioși în

momentul în care minciunile lor au fost sau sunt pe punctul de a fi descoperite. Cu toate acestea, sunt nevoiți să mascheze aceste sentimente pentru a nu se da de gol. Prin urmare, strâng din dinți, în încercarea de a-și controla și ascunde furia, însă, în mod ironic, aceste expresii faciale sunt tocmai cele care le scot la iveală furia și minciuna evidentă. Aceleași expresii pot fi adesea văzute în sala de judecată, atunci când inculpatul minte sau când ascultă mărturia cuiva care îi descrie faptele cu acuratețe.



Fotografia 8.25: Maxilarul încheștat și încordarea musculară vizibilă de pe fața lui Lance Armstrong indică o posibilă înșelătorie. Credit foto: Jennifer Lorenzini/Splash News

## Indignarea prezumțioasă

De câte ori observați o formă de manifestare a indignării, care imită sau exprimă furia, să știți că e posibil să fie vorba de un semn clar de înșelătorie. Fostul candidat la președinția Statelor Unite John Edwards a făcut un astfel de gest în timp ce vorbea despre faptul că nu putea fi el tatăl copilului amantei sale, aducând drept argument lipsa de sincronizare. În mod similar, atunci când Richard Heene a fost întrebat dacă toată povestea legată de fiul său, luat pe sus într-un balon cu aer cald, a fost doar o farsă, expresia sa facială a scos la iveală un sentiment de furie și indignare, în timp ce declara că „s-a săturat de acuzații false” – care, în cele din urmă, bineînțeles că s-au dovedit a fi adevărate.

O.J. Simpson a afișat și el aceeași expresie de indignare prezumțioasă, adoptând o atitudine ofensivă în timpul interviului acordat postului de televiziune Court TV. Prin expresia sa plină de indignare și aproape batjocoritoare, părea să-l dojenească cu asprime pe interviewerul său pentru faptul că îndrăznește să-l ia la întrebări cu privire la uciderea soției sale.



Fotografia 8.26: O.J. Simpson afișând o expresie de indignare prezumțioasă. Credit foto: AdLIB Design/Splash News

Probabil că cel mai cunoscut exemplu de afișare a unei expresii de indignare prezumțioasă poate fi observat în celebra fotografie a fostului președinte american Bill Clinton, surprins cu degetul ridicat acuzator, ochii îngustați și maxilarul încleștat și plin de furie. Expresia sa facială reflectă că se simțea jignit de faptul că oamenii puteau să creadă că întreținuse relații sexuale cu „acea femeie”, Monica Lewinsky.



Fotografia 8.27: Expresia rece de indignare prezumțioasă de pe fața președintelui american Bill Clinton. Credit foto: Joyce Naltchayan/DFP/Getty Images

Ca întotdeauna, când încercați să identificați semne de înșelătorie prin interpretarea limbajului facial al unei persoane, nu uitați că trebuie să luați în considerare contextul (dar și momentul) în care se spun anumite lucruri, precum și nivelul de referință al persoanei respective. Indiciile nu au nicio însemnătate dacă nu stăpâniți bine toți acești factori.

## Capitolul 9

# Vocea mincinosului: înălțimea, volumul, tonul și ritmul

În acest capitol veți descoperi cum înălțimea, volumul, tonul (nazal sau monoton) și ritmul (lent și atent sau rapid și agitat) vocii cuiva vă pot da foarte multe indicii cu privire la personalitatea și starea sa de spirit, dar vă pot spune și dacă persoana respectivă este sinceră sau nu.

Vocea este ca un barometru care măsoară ceea ce simțim față de noi înșine și față de cei din jurul nostru. Ceea ce gândim și simțim iese la iveală prin intermediul tonului vocii noastre. Probabil că mereu interpretați ceea ce vă transmit vocile celorlalți, chiar și fără să vă dați seama. Când răspundeți la telefon și vorbiți cu cineva apropiat, vă puteți da ușor seama dacă persoana respectivă este într-o dispoziție bună sau nu. Dacă vorbiți cu șeful dumneavoastră, probabil că înțelegeți imediat dacă s-a întâmplat sau nu ceva la serviciu. De fapt, putem identifica stările emoționale ale majorității oamenilor din jurul nostru în acest fel, cu destul de multă precizie.

Când ascultăm pe cineva vorbind și analizăm ceea ce a spus și felul în care a spus-o (prin intermediul cortexului auditiv), informația este transmisă către sistemul limbic, care controlează și prelucrează emoțiile. În schimb, adeseori reflectăm emoțiile celorlalți sau reacționăm la ele. Vocea este adesea un intermediar involuntar al gândurilor și sentimentelor noastre. De exemplu, când îi dați cuiva o veste bună, iar persoana respectivă vă răspunde cu o voce monotonă, spunându-vă: „Frumos, mă

bucur pentru tine!”, e foarte posibil să *nu* fie deloc încântată de ceea ce vi se întâmplă.

## Înălțimea

### *Vocea ascuțită*

O voce excesiv de ascuțită indică adesea că avem de-a face cu o persoană ezitantă, slabă și nesigură. Poate fi și un semn de înșelătorie. Acest lucru este valabil mai ales când o femeie în toată firea vorbește ca o fetiță de 12 ani, cu o voce acută și copilăroasă. E posibil ca aceasta să se prezinte intenționat într-o lumină falsă, pentru a crea iluzia unei persoane copilăroase, inocente și drăguțe, când de fapt realitatea poate fi cu totul alta.

O voce ascuțită poate să indice și o stare de încordare sau chiar de furie. Într-adevăr, cercetările arată că atunci când suntem nervoși înălțimea vocii noastre crește. Prin urmare, e logic să tragem concluzia că, dacă cineva folosește constant o voce ascuțită, probabil ascunde foarte multă furie interioară. E posibil chiar să fie furioasă pe dumneavoastră, deoarece v-ați îndoit de ceea ce v-a spus și v-ați întrebat dacă este sinceră sau nu. Astfel, ridicarea vocii poate fi un semn de înșelătorie și de indignare prezumțioasă – un sentiment de furie datorat nedreptății pe care persoana respectivă o percepe din partea dumneavoastră, pentru faptul că nu o credeți. Este important să subliniem că nu toate persoanele cu vocea ascuțită sunt mincinoase. În funcție de context și de nivelul de referință al persoanei respective, este bine totuși să fiți prudenți.

## *Vocea gravă*

Deși unii oameni au vocile joase datorită dimensiunii și formeii diferitelor părți anatomice care ajută la emiterea sunetelor, există și persoane care vorbesc intenționat cu o voce gravă, pentru a crea un anumit efect. Bărbații care fac acest lucru își doresc probabil să pară mai atractivi și mai virili. Sau poate că e un mod de a compensa (excesiv) un anumit tip de nesiguranță, mai ales în cazul în care nu vorbesc mereu în acest mod. Vocea gravă poate fi un truc, un mod de a se prezenta într-o lumină falsă, de a părea mai puternici și mai prosperi, astfel încât ceilalți să îi ia mai în serios. Însă acești oameni nu-și dau seama că repetarea exagerată a acestui gest poate avea adesea efectul opus, făcându-i să pară nesiguri, falși sau disperați, dând impresia că se străduiesc prea mult.

Dacă aveți obiceiul de a vă petrece timpul pe site-urile matrimoniale de pe Internet și ajungeți să vorbiți la telefon cu un posibil viitor partener, în cazul în care auziți o voce excesiv de ascutită sau de gravă, să știți că e posibil ca persoana respectivă să încerce să pară altcineva decât este în realitate.

## Volumul

### *Volumul redus*

Persoanele care vorbesc prea încet, cei din jur fiind nevoiți mereu să le roage să vorbească mai tare, au tendința de a prezenta trăsăturile unei personalități pasiv-agresive, încercând adesea să îi manipuleze pe ceilalți forțându-i să fie atenți, într-un fel de joc al puterii. Prefăcându-se că sunt

blânde și delicate, aceste persoane sunt adesea capabile să preia controlul și să vă manipuleze cu viclenie. Cei care vorbesc atât de încet încât abia îi puteți auzi pot fi persoane periculoase, deoarece ascund adeseori multă furie. Un exemplu elocvent este cel al escrocului financiar Bernard Madoff. Deși era considerat un excelent ascultător, se spune, de asemenea, și că vorbea atât de încet, încât cei din jur îl rugau mereu să vorbească mai tare. Cu siguranță că făcea acest lucru pentru a câștiga controlul asupra celorlalți și, în cele din urmă, asupra banilor lor. Madoff îi manipula pe oameni forțându-i să-l roage să vorbească mai tare și lăsându-i pe ei să fie cei care îi cereau – uneori chiar îl implorau – să îi accepte în programul lui de investiții.

Oamenii care vorbesc astfel sunt niște mincinoși, deoarece nu sunt ceea ce par. Furia lor, legată de cine știe ce nedreptate îndurată în trecut – poate că au fost ignorați sau nu se simt speciali ori demni pentru lumea aceasta –, este ascunsă în vocea lor ștearsă, astfel încât oamenii să îi asculte, iar ei să se simtă în sfârșit importanți. Prin urmare, dacă vă găsiți în situația în care trebuie să îi cereți cuiva, în mod repetat, să vorbească mai tare, probabil că ar fi bine să vă îndepărtați de acea persoană și să socializați doar cu cei pe care îi puteți auzi. În caz contrar, e posibil să descoperiți că persoana care vorbea încet și care nu demult părea timidă, retrasă, sfioasă și inocentă se poate face foarte bine auzită, mai ales când izbucnește neașteptat, cu o voce puternică și răsunătoare, eliberându-se de toată furia acumulată în timp.

### *Volumul ridicat*

Asemenea celor care vorbesc prea încet, cei care au un volum prea puternic în vorbire nu sunt nici ei ceea ce par. Astfel de oameni tânjesc și ei după atenție, dar o obțin într-un cu totul alt mod, făcându-și simțită prezența cu vocile lor răsunătoare, fie că vă place sau nu. Acești oameni

au tendința de a fi aroganți, încrezuți, ambițioși, nerușinați și doritori de a deține controlul. Furia lor iese la suprafață în mod regulat prin vocea lor puternică, menită să manipuleze și să provoace frică.

Atunci când oamenii vorbesc tare, de multe ori acest lucru reprezintă o compensație pentru ceva ce ei știu că nu este adevărat. Acesta este motivul pentru care mincinoșii vorbesc adesea mai tare, pentru că scopul lor inconștient este acela de a-i convinge pe ceilalți să îi creadă. Dacă vorbește tare, cu siguranță spune adevărul! Câți agenți de vânzări nu au încercat – și poate că au și reușit – să vă convingă să cumpărați ceva intimidându-vă? Dacă priviți retrospectiv la aceste experiențe, vă veți da seama că nu ați fost ademeniți doar de felul lor rapid, mios și energic de a vorbi, ci mai ales de vocea lor puternică, care i-a făcut să pară foarte impunători. Aceasta este o modalitate de manipulare și intimidare, în speranța că astfel veți fi mai dispus să vă cheltuiți banii. Dacă o persoană vorbește prea tare și nu are o problemă cu auzul, atunci e foarte posibil să încerce să vă manipuleze prin intermediul vocii sale ridicate. Iar dacă începe să vorbească din ce în ce mai tare, căutând în același timp să vă convingă de un anumit lucru, sunt mari șanse ca persoana respectivă să nu fie sinceră.

Înainte de a fi condamnat la închisoare, probabil pentru restul vieții sale, pentru acuzațiile de jaf și răpire, vocea puternică și mincinoasă a lui O.J. Simpson a putut fi auzită cu regularitate în apelurile către serviciul de urgență și în interviurile în care povestea câte în lună și în stele, de la problemele sale minore cu legea și până la reclamațiile iubitei sale de atunci, Christine Prody. Nevoia de atenție a lui O.J. nu era reflectată doar de acțiunile sale (și anume de faptul că nu era în stare să evite problemele), ci și de vocea sa puternică și răsunătoare, pe care o folosea atunci când încerca să convingă pe toată lumea că nu era vinovat de nimic. Se pare că, cu cât era interogat mai mult, cu atât vorbea mai tare.

## *Reducerea volumului în timpul vorbirii*

Atunci când cineva vorbește din ce în ce mai încet, astfel încât la sfârșitul propoziției nu se mai aude mare lucru, înseamnă că e posibil să fie un mincinos. Amintiți-vă că, atunci când mințim, sistemul nervos autonom preia controlul. Corpul nostru știe când mințim, astfel că încearcă să elimine minciuna la nivel fizic. Schimbările concomitente de respirație îngreunează vorbirea, iar cuvintele nu mai curg cu ușurință. De asemenea, mușchii gâtului se pot încorda în timp ce vorbim, ceea ce face ca presiunea aerului să fie insuficientă. Prin urmare, dacă, în mod constant, nu reușiți să auziți ceea ce vă comunică cineva atunci când ajunge la capătul propozițiilor, să știți că e posibil ca persoana respectivă să vă mintă.

Acest fenomen era foarte evident în momentul în care Bernard Madoff vorbea cu clienții săi. Potrivit spuselor multor persoane care l-au cunoscut, acest maestru al manipulării, care oricum vorbea foarte încet, în momentul în care ajungea la capătul propoziției aproape că nu mai putea fi auzit. Finanțistul era foarte conștient de faptul că își mințea investitorii, dar, la nivelul subconștientului, corpul său (mai precis, mușchii corzilor sale vocale) încerca să-i închidă gura. Iar oamenii au devenit din ce în ce mai intrigati de felul său de a vorbi.

# Tonul

## *Tonul strident sau răgușit*

Aceiași factori care îl fac pe mincinos să nu mai poată fi auzit la sfârșitul propozițiilor provoacă adesea și un ton strident al vocii, ca un scârțâit. De câte ori urmăresc înregistrări cu depoziții ale inculpaților, în timp ce îmi desfășor activitatea de consultant pentru procuratură, și aud pe cineva cu o voce stridentă, acest fapt reprezintă pentru mine un semnal de alarmă că respectiva persoană ar putea să nu spună adevărul. Mușchii încordați de la nivelul gâtului și laringelui fac ca vocea să sune strident sau răgușit. Acest ton, deloc atrăgător, este rezultatul modului în care corpul respinge minciuna. Când Lance Armstrong a participat la emisiunea realizată de Oprah Winfrey, cu scopul aparent de a spune tot adevărul, tonul său strident din anumite părți ale interviului ar fi putut indica faptul că nu era sincer sau, cel puțin, că nu dezvăluia tot adevărul.

Acest ton strident poate fi auzit adesea și atunci când cineva este prins cu minciuna. Înainte de a fi condamnat la pedeapsa cu moartea, Scott Peterson, bărbatul care și-a ucis soția și copilul nenăscut, a fost întrebat ce a spus amanta sa, Amber Frey, când a sunat-o pe data de 24. Vocea sa a devenit stridentă și răgușită în timp ce mințea și nega faptul că a sunat-o pe aceasta în ziua respectivă. La rândul ei, Amber a confirmat că Scott o sunase pe data de 24, spunându-i că are de gând să plece în Belgia. Cu o voce răgușită ce abia se auzea, Scott a declarat ulterior că nu mai avea de gând să-și piardă timpul prețios vorbind despre toate acestea în puținul timp rămas pentru interviu.

În timpul interviului din cadrul programului *Today Show*, vocea fostului polițist Drew Peterson s-a schimbat foarte mult în momentul în care gazda emisiunii, Matt Lauer, a spus:

Oamenii care au observat acest caz, îndeaproape sau de la distanță, spun: „Drew, uite cum stă treaba – în primul rând, mama ta devotată pleacă și nu îți poți explica acest lucru; apoi mai e și cazul celei de-a treia soții, Kathleen Savio, al cărei corp a fost exhumat. După autopsie, cauza decesului său a fost schimbată din moarte accidentală în omor”. Și se uită la tine și îți spun, un an mai târziu, acum când stai pe canapeaua de la *Today Show*, că ai scăpat nepedepsit pentru cel puțin una, dacă nu chiar pentru două crime. Înțelegi de ce oamenii au această părere?

Drew Peterson a fost atât de surprins de această întrebare foarte directă, încât abia dacă a putut să bâiguie un răspuns. Aproape că se putea auzi cum i s-au blocat corzile vocale, în timp ce și-a îndreptat privirea în lateral și a spus, pe un ton răgușit: „Înțeleg foarte bine, având în vedere că presa a făcut tot posibilul să mă înfățișeze în postura de vinovat”. Pauză. „Să par vinovat.” În mod similar, când a fost întrebat cu privire la răspunsurile mincinoase de la testul poligraf, vocea sa a continuat să se schimbe, pe măsură ce spunea că nu știe de ce a picat testul și că nu cunoaște modul în care funcționează un poligraf.

### *Vocea tremurândă*

E un lucru normal ca, atunci când oamenii sunt nervoși, supărați, furioși sau nesiguri de ceva, vocea lor să fie nesigură sau să le tremure în momentul în care încep să vorbească. Acest fenomen apare deoarece mușchii gâtului se încordează și se relaxează în mod sistematic, ceea ce duce la tonul tremurat și nesigur al vocii. În schimb, când vocea e stridentă, mușchii gâtului nu se relaxează deloc.

Acest proces alternativ de încordare și relaxare a mușchilor corzilor vocale poate fi un semn de înșelătorie. Din acest motiv mulți oameni spun că nu știu să mintă, pentru că le tremură vocea și se dau de gol. Bineînțeles, nu toți oamenii cu vocea tremurândă sunt, în mod automat, niște mincinoși. Este posibil ca aceștia să aibă o problemă de ordin neurologic sau să le fie administrate o serie de medicamente care provoacă acest efect secundar. Din nou, este vorba de stabilirea nivelului de referință – adică ceea ce se încadrează în comportamentul obișnuit al persoanei respective – și apoi de evaluarea oricăror abateri de la respectivul nivel de referință, ținând cont de contextul general.

### *Dregerea constantă a glasului*

Când o persoană tușește constant pentru a-și drege glasul, fie are o afecțiune cronică a sinusurilor, fie minte. După cum știm deja, sistemul nervos autonom al mincinosului preia rapid controlul, cauzând mici schimbări ale circulației sangvine și ale încordării musculaturii. Pe măsură ce mușchii gâtului i se încordează, mincinosului îi este din ce în ce mai greu să producă sunete fără a suferi un disconfort. Senzația de iritare îl forțează să-și dreagă glasul în mod automat, în timp ce își apasă mușchii gâtului.

Cu cât auziți mai multe astfel de zgomote, cu atât e mai posibil ca persoana respectivă să vă mintă. L-am putut auzi frecvent pe fostul polițist Drew Peterson dregându-și glasul atunci când a făcut turul posturilor de radio și de televiziune din America afirmând că nu știe unde este soția sa, Stacy, și că nu este vinovat de moartea celei de-a treia soții, Kathleen. În cele din urmă, Drew a fost condamnat pentru uciderea lui Kathleen, iar autoritățile încă mai caută probe pentru a-l acuza și de uciderea lui Stacy, a patra lui soție.

## *Tonul agresiv*

Oamenii care izbucnesc pe neașteptate, folosind un volum ridicat în timp ce vorbesc, sunt adesea furioși. Pot fi nervoși pentru că se simt frustrați în încercările de a vă convinge de ceva anume și folosesc un ton agresiv pentru a vă intimida și a vă controla. O astfel de persoană ar putea fi, de asemenea, ambițioasă sau invidioasă pe dumneavoastră. Ideea de bază este că, în sinea lor, mulți dintre cei care folosesc un ton agresiv nu vă simpatizează prea mult; în definitiv, e și greu să simpatizezi pe cineva atunci când ești copleșit de sentimente de competitivitate sau gelozie.

O conversație cu o astfel de persoană se poate transforma într-o experiență foarte neplăcută, fiind presărată cu mici izbucniri de ostilitate, furie și chiar ură față de dumneavoastră. Deși este posibil ca această persoană să folosească numai cuvinte frumoase, în spatele lor se ascunde un ton ostil și agresiv ce dezvăluie sentimentele negative pe care le are față de dumneavoastră. Din aceste motive, este foarte important să dați mare atenție nu numai cuvintelor celorlalți, ci și tonului pe care îl folosesc, pentru că tonul este cel care vă dezvăluie adevăratele lor sentimente.

Farsorul Richard Heene, tatăl băiețelului ridicat în aer într-un balon, era, de fapt, o persoană foarte competitivă. Acesta venea mereu cu idei noi pentru a participa la diverse competiții televizate, astfel încât el și familia lui să devină celebri. De asemenea, se pare că avea și ceva probleme legate de controlul nervozității, aspect destul de evident atunci când a participat la emisiunea *Wife Swap*: Heene a devenit foarte violent cu soția „schimbată”, iar comportamentul său s-a reflectat și în tonul aspru și agresiv.

## *Tonul nazal și plângăcios al victimei*

Când auziți pe cineva vorbind pe un ton nazal și plângăcios ce îl face să pară o victimă, să știți că e foarte posibil ca persoana respectivă să încerce să vă manipuleze. Victimele perpetue se plâng și se vaită pentru a crea o atmosferă dramatică și a atrage atenția. De asemenea, acest gen de persoane manipulează și prin folosirea unui ton excesiv de critic, dorind să simtă că dețin controlul și că le sunt superiori celorlalți.

În tonul celor care se plâng și își exprimă constant nemulțumirea se simte, de multe ori, o atitudine defensivă. Se crede că ar căuta cearta cu lumânarea. Astfel de oameni îi critică pe ceilalți și-i antipatizează pentru că, în sinea lor, au o aversiune față de propria persoană. Îi critică și se plâng de ceilalți pentru a-și ridica moralul, stima de sine aflată la un nivel scăzut. Sunt experți în a da vina pe oricine altcineva decât pe ei înșiși, transformându-se în victime și manipulându-i pe cei din jur, pentru a le stârni compasiunea și a evita să fie trași la răspundere pentru faptele lor. Nu fiți naiv și luați în calcul faptul că cei care se plâng și îi critică mereu pe cei din jur vor proceda la fel și când va veni vorba de dumneavoastră.

Deși, de obicei, Lindsay Lohan vorbește pe un ton grav și răgușit (cel mai probabil din cauza fumatului sau a faptului că-și forțează vocea), uneori folosește și un ton nazal și plângăcios de victimă. Se pare că actrița se plânge și se vaită de tot ceea ce merge prost în viața ei, fără a-și asuma vreodată responsabilitatea pentru faptele sale. Părinții săi folosesc același ton nazal ori de câte ori vorbesc cu presa și dau vina pe ceilalți pentru toate nenorocirile care i se întâmplă fiicei lor, în loc să recunoască faptul că și-au crescut copilul într-un mediu toxic sau că, Doamne ferește, fiica lor ar putea fi responsabilă de propriile acțiuni. Țineți seama de faptul că, atunci când auziți o astfel de voce, de foarte puține ori vi se spune adevărul.

## *Vocea ștearsă, monotonă și lipsită de viață*

O voce monotonă poate indica stări sufletești precum tristețea sau depresia. Dacă cineva vorbește mereu pe un asemenea ton, respectiva persoană ar putea suferi de depresie cronică. În schimb, cei care adoptă dinadins o voce monotonă încearcă adesea să se distanțeze emoțional de cei din jur. Cu toate acestea, sunt capabili să devină fermecători și să se apropie de dumneavoastră atunci când urmăresc ceva. Oamenii care folosesc o astfel de voce nu vor ca ceilalți să le cunoască adevăratele sentimente și se tem ca nu cumva cei din jur să descopere ce gândesc. Prin urmare, aceștia folosesc o voce monotonă pentru a-i ține pe ceilalți la distanță. O conversație cu o astfel de persoană poate fi foarte frustrantă și obositoare, deoarece nu primiți nicio reacție din partea ei. Nu aveți acces la gândurile și sentimentele ei reale și sincere, astfel că nu poate fi vorba de o conversație autentică. Un asemenea dialog nu este aproape niciodată bidirecțional, deoarece persoana respectivă are tendința de a ascunde informații personale sau de natură emoțională. În calitate de receptor în cadrul acestui dialog lipsit de reciprocitate, vă puteți simți înșelat și vă poate fi foarte greu să aveți încredere într-o astfel de persoană – și, de cele mai multe ori, pe bună dreptate.

Când Tiger Woods și-a cerut scuze fanilor și familiei pentru faptul că și-a înșelat soția, vocea sa monotonă și lipsită de orice emoție i-a făcut pe mulți să se îndoiască de sinceritatea sentimentelor sale și să creadă că sportivul a făcut acest gest doar pentru a nu pierde și alte contracte publicitare. Iar mișcările sale automate și mecanice se potriveau foarte bine cu discursul său lipsit de onestitate.

Mulți psihopați sau sociopați folosesc acest ton plictisitor. Bineînțeles, asta nu înseamnă că toți cei care vorbesc astfel sunt niște sociopați, dar trebuie să țineți seama cel puțin de faptul că acest stil superficial de comunicare face ca transmiterea celor mai intime gânduri și sentimente

ale dumneavoastră să devină imposibilă. Drept urmare, apar neînțelegerile, lipsa de comunicare și de încredere în acești oameni, deoarece nu aveți niciodată acces la sentimentele lor și nu știți sigur ce intenții ar putea avea.

### *Vocea mieroasă*

Nimeni nu poate fi fericit și bine dispus *întotdeauna*. Prin urmare, dacă întâlniți o astfel de persoană, îndepărtați-vă de ea și fugiți cât vă țin picioarele. De cele mai multe ori, acești oameni au un comportament pasiv-agresiv, cu multă furie înmagazinată în interiorul lor. Amabilitatea lor exagerată reprezintă adesea o mască ce le ascunde adevăratele sentimente. Astfel de persoane își folosesc viclenia și tonul mios pentru a strânge informații de la cei din jur, urmând ca ulterior să le folosească împotriva acestora sau pentru a obține beneficii. Din acest punct de vedere, putem spune că sunt cei mai manipulatori dintre toate tipurile de mincinoși.

Oamenii cu o astfel de voce vă pot ataca în orice clipă, astfel că e bine să fiți atent la orice mesaj cu dublu înțeles, neconcordanță sau comportament neadecvat. Atunci când, în cele din urmă, acești oameni se eliberează de furie, tonul lor mios se va amărî pe loc și vor împrășca în jur o mare cantitate de otravă. Prin urmare, aveți grijă! Cu siguranță așa au stat lucrurile în cazul lui Jodi Arias, femeia acuzată că și-a omorât iubitul. Majoritatea celor care credeau că o cunosc au descris-o ca pe o persoană „dulce” și binevoitoare. Atunci când prietenii, membrii familiei și asociații iubitului decedat au cunoscut-o pe Jodi, mulți l-au întrebat dacă aceasta a fost *întotdeauna* atât de drăguță. Ceea ce nu știau era că, în spatele acestei drăgălășenii se ascundea o femeie plină de o furie înăbușită, capabilă să omoare un om căruia îi declarase dragostea.

# Ritmul și cadența

## *Vorbirea rapidă și înflăcărată*

Când cineva vorbește tot timpul asemenea unei majorete, fiind exagerat de jovial și optimist, e posibil ca acest comportament să nu fie altceva decât un truc de manipulare. Probabil că tot ceea ce spune și face o asemenea persoană dă senzația unei stări de urgență, a unui lucru ce trebuie făcut *exact* în acel moment. Probabil că va încerca să vă implice în proiectele și planurile sale, chiar dacă nu aveți nicio intenție de a participa la ele. Tonul său optimist și plin de entuziasm (care este adesea însoțit de senzația de alertă) este menit să vă atragă interesul. Această stare de entuziasm și înflăcărare poate fi contagioasă.

Partea bună a lucrurilor este că acești oameni optimiști, entuziaști și rapizi în vorbire vă pot motiva – încurajându-vă, de exemplu, să vă țineți de dietă sau de exercițiile fizice. Dar pot fi și incredibil de manipulatori, convingându-vă să faceți anumite lucruri din care doar ei au de câștigat. De regulă, viața unor astfel de oameni este plină de crize la tot pasul și au nevoie de ajutorul *dumneavoastră* pentru a-și rezolva problemele. Deoarece par atât de prietenoși și convingători, le puteți cădea ușor în plasă; la urma urmei, nu doriți decât să ajutați pe cineva.

Ideea de bază este că acești oameni pot fi foarte periculoși dacă le permiteți să vă controleze și să vă manipuleze, transformându-vă în marioneta lor. Nu acceptați niciodată să faceți tot timpul numai ce și când vor ei. Luați-o încet, analizați toate aspectele și, mai ales, nu-i lăsați să vă convingă să faceți lucruri cu care nu sunteți de acord. Nu le permiteți să vă manipuleze și refuzați să vă implicați în uneltirile lor care vă vor costa timp, bani sau și una, și alta.

Trebuie să aveți în vedere faptul că cei mai mulți dintre oamenii care vorbesc astfel au tendința de a fi nu numai manipulatori, ci și foarte egoiști. De asemenea, aceștia nu prea au limite când vine vorba de a fi în centrul atenției sau de a deține controlul asupra tuturor lucrurilor sau oamenilor. Gândiți-vă mai întâi la dumneavoastră, pentru că ei sigur nu o vor face. Stabiliți-vă în permanență o serie de limite, astfel încât să nu cădeți pradă minciunilor și manipulărilor lor. Acești oameni nu pot da dovadă de compasiune sau sensibilitate față de problemele dumneavoastră, deoarece se gândesc numai la ei. Și, mai presus de orice, nu le permiteți să vă tiranizeze prin presiunea lor. Analizați cu grijă tot ceea ce spun, astfel încât să nu vă simțiți folosit sau manipulat.

Richard Heene, tatăl băiețelului ridicat într-un balon, avea și el acest obicei de a vorbi foarte înflăcărat în timp ce încerca să îi facă pe toți să creadă în uneltirile sale jalnice, de la a-și lua copiii la vânătoare de fenomene meteo extreme și până la a convinge lumea întreagă că fiul său plutea într-un balon cu aer cald. Chiar și atunci când a recunoscut în fața lumii întregi că a fost vorba doar de o farsă, Heene a continuat să-și găsească scuze și să-i păcălească pe toți cu același ton înflăcărat, inclusiv după ce a fost eliberat din închisoare.

### *Cadența sacadată și intermitentă*

Persoanele care articulează cuvintele în mod exagerat și aleg un ritm sacadat de a vorbi au tendința de a fi rigide, intransigente și convinse că numai ele au dreptate. Deoarece este dificil pentru ele să se adapteze și să facă compromisuri, de obicei nu pot fi de acord cu ceilalți, părând asemenea învățătorilor care le vorbesc celor mici în propoziții scurte, simple și enunțate cu o dicție exagerată. Aceste persoane au obiceiul de a folosi un ton sacadat și prezumțios, cu scopul de a-i intimida pe ceilalți și de a dovedi că ei au dreptate.

Este posibil ca o persoană care începe brusc să vorbească în acest mod să nu fie sinceră. De multe ori, un semn clar al faptului că sunteți mințiți este faptul că persoana respectivă își pierde fluența în exprimare sau nu mai folosește cuvinte contrase. O persoană mincinoasă va spune mai degrabă „Nu, nu am făcut eu acest lucru”, decât „Nu, n-am făcut-o eu”. Acest tip de comunicare este un „semn” foarte des întâlnit în analiza declarațiilor persoanelor implicate în infracțiuni. În timp ce îl ascultam pe Bernard Madoff cerându-și scuze în instanță, am fost uimită de felul exagerat în care articula și scotea în evidență fiecare cuvânt și de întregul său discurs sacadat. Prin aceste cuvinte și sunete, pronunțate cu intenție în acest fel, Madoff părea că dorește să-și ia în derâdere victimele. În mod similar, când fostul președinte american Bill Clinton a mințit populația, acesta nu a spus: „N-am întreținut relații sexuale cu acea femeie”, ci „Nu am întreținut relații sexuale cu acea femeie”. Prin urmare, când cineva se folosește de un discurs formal și nu folosește contrageri, este foarte posibil să nu fie tocmai sincer.

### *Bâlbâiala și bolboroseala*

Bineînțeles că nu toți cei care se bâlbâie sau bolborosesc cuvintele sunt, în mod automat, niște mincinoși, ci ar putea avea pur și simplu o tulburare de vorbire. Dar când cineva care nu se bâlbâie în mod normal începe dintr-odată să pronunțe cuvintele nedeslușit, înseamnă că ar putea minți, mai ales dacă acest lucru se întâmplă în timp ce comunică informații importante.

## *Vorbirea lentă intenționată*

Ca și cei care vorbesc prea repede, cei care rostesc cuvintele într-un ritm prea lent sunt, de regulă, persoane egocentrice, indiferente sau care nu-și dau seama de reacția pe care ceilalți o au la felul lor de a vorbi. De cele mai multe ori, lucrurile stau astfel pentru că fie nu dau atenție sentimentelor celorlalți, fie pur și simplu nu le pasă. Și nu vorbesc despre persoanele care rostesc mai domol cuvintele pentru că așa se vorbește în zona în care locuiesc, care au o tulburare de vorbire din motive fiziologice sau care iau anumite medicamente ce provoacă acest efect secundar. Mă refer strict la cei care vorbesc în acest mod cu scopul de a-i manipula și a-i controla pe cei din jur. Oamenii care vorbesc lent în mod intenționat fac acest lucru pentru a se asigura că sunteți atent și ascultați fiecare silabă pe care o rostesc. Dacă încercați să îi întrerupeți sau îi îndemnați să se grăbească, aceștia nu vă vor lua în seamă și vor continua să vorbească peste dumneavoastră, ignorându-vă dorința și insistând să-și termine mesajul, oricare ar fi acesta.

Bernard Madoff vorbea într-un mod lent și laborios în momentul în care și-a cerut „scuze” în sala de judecată, înainte de a fi trimis la închisoare pe viață. Acesta nu numai că articula exagerat fiecare cuvânt, ci mai vorbea și lent, în mod intenționat, încercând să obțină încă o oportunitate de a deține controlul asupra celorlalți, chiar și într-o mai mică măsură. Probabil că avea să fie ultima dată când simțea acest gust al puterii, având în vedere că urma să fie închis pe viață.

## *Râsul nervos*

Dacă cineva vă povestește ceva și râde când nu este cazul, e posibil ca persoana respectivă să fie neliniștită sau agitată, stare care se poate datora și faptului că spune o minciună. De multe ori, aceste izbucniri neașteptate

și nepotrivite de râs reprezintă o reacție necontrolată pentru a masca minciuna. Sistemul limbic, localizat în profunzimea creierului, controlează emoțiile, printre care se numără și stările de fericire și bucurie, care se manifestă prin râs. Dar atunci când o persoană minte, adevăratele sale emoții, cum ar fi neliniștea, agitația și uneori chiar frica, ies la suprafață. În încercarea de a ascunde rapid aceste sentimente autentice, mincinosul va râde forțat.

Una dintre modalitățile prin care puteți identifica un râs fals și nervos este că acesta nu durează mult, se întâmplă cu regularitate, iar trecerea la o expresie facială serioasă este rapidă. Atunci când o persoană râde din tot sufletul, în momentul în care se oprește, pe fața sa rămâne un zâmbet și abia apoi urmează trecerea către expresia facială serioasă. În cazul râsului nervos și nesincer, pe fața mincinosului nu veți vedea niciun zâmbet, acesta trecând direct de la veselie la seriozitate.

## Capitolul 10

### Conținutul discursului: nu sunt doar cuvinte

Am văzut deja că *felul* în care oamenii spun ceva – prin intermediul limbajului trupului lor – este extrem de important în momentul în care încercăm să ne dăm seama dacă ne mint sau sunt sinceri. În acest capitol vom discuta despre *ce* spun mincinoșii, pentru a identifica mai ușor indiciile verbale care vă pot arăta dacă vă aflați sau nu în prezența unui mincinos. Așa cum emoțiile și intențiile reale ale cuiva pot fi observate la nivelul limbajului trupului său, al limbajului facial și al tiparelor vocale, ele pot ieși la suprafață la fel de bine și prin ceea ce spune efectiv persoana respectivă. În continuare sunt prezentate câteva dintre cele mai importante indicii de comunicare, care vă vor ajuta să vă dați seama dacă aveți sau nu de a face cu un mincinos.

### Informații, cuvinte și digresiuni în exces

Când cineva nu mai termină de vorbit și vă oferă o sumedenie de informații și detalii ne semnificative, pe care nu le-ați solicitat, este foarte posibil ca acea persoană să nu spună adevărul. Mincinoșii vorbesc adesea foarte mult, deoarece speră că, dacă spun multe lucruri și par deschiși, cei din jur îi vor crede. Iată ce spunea jurnalista Catherine Crier de la postul

de televiziune Court TV după interviul său cu O.J. Simpson, realizat cu ocazia împlinirii a 10 ani de la uciderea soției acestuia, Nicole. După lungul interviu cu fostul sportiv, Catherine a fost de părere că O.J. vorbește foarte mult, deoarece consideră că astfel lumea îl va crede.

Jurnalista are dreptate, căci cei mai mulți dintre mincinoși au tendința de a vorbi excesiv, pentru a părea mai convingători. Cu toate acestea, când vorbesc foarte mult, mincinoșii devin neglijenți, ajungând să dezvăluie informații semnificative – și uneori chiar adevărul. O.J. Simpson și-a continuat obiceiul de a vorbi fără oprire și în sala de judecată din Las Vegas, înainte de pronunțarea sentinței din 2008. Mai jos vă prezint un fragment din transcrierea stenogramei din timpul procesului, cu completările mele între paranteze:

Nu vreau să-l rănesc pe Bruce. Și nu am vrut să-i rănesc pe niciunul din băieții aceștia. Îi cunosc. Acești băieți au luat masa la mine acasă [digresiune]. Am făcut temele cu copiii lor [digresiune]. Le-am cântat (*sic*) mamelor lor atunci când au fost bolnave [digresiune]. Știți că nu m-am dus acolo cu scopul de a le face rău. Voiam să-mi iau lucrurile și acum îmi dau seama că nu am procedat bine. Îmi pare rău, nu am vrut să fur nimic de la nimeni și nu știam că fac ceva ilegal, am fost să mă întâlnesc cu niște prieteni.

Evident, judecătoarea Jackie Glass nu a considerat prea prietenesc gestul de a merge cu un pistol la o confruntare cu amicii, așa că l-a condamnat la închisoare pentru jaf armat.

Fostul președinte american George W. Bush a oferit și el prea multe informații irelevante în timp ce povestea în public prin ce a trecut în timpul atacurilor teroriste din 11 septembrie. Practic toată lumea l-a văzut că se afla la o școală, într-o clasă plină de copii, în momentul în care a fost anunțat că au avut loc atentatele. În timp ce un consilier îi șoptea la ureche

vestea, președintele și-a mușcat buza, indicând faptul că nu voia să spună nimic în fața copiilor. Cu toate acestea, în timpul unui discurs ținut la trei luni de la tragedie, președintele a făcut următoarea declarație: „Stăteam pe hol, așteptând să intru în clasă, și am văzut cum un avion a lovit turnul, ăăă, la un televizor, ăăă – evident, televizorul era deschis”. (Cu toții am văzut că nu era niciun televizor prin preajmă în momentul în care i-a fost transmisă vestea.)

Cele două mari indicii ale faptului că mințea au fost următoarele: a oferit, în mod voluntar, prea multe informații (în legătură cu televizorul care era deschis) și a folosit cuvântul *evident* când a declarat că televizorul era deschis. Dacă cineva s-ar fi uitat cu adevărat la televizor în acea zi și ar fi fost într-o stare autentică de șoc după vederea avionului care lovea turnul, respectiva persoană nu ar fi folosit cuvântul *evident* sau nici măcar nu ar fi menționat că televizorul era deschis. Aceste detalii lipsite de importanță și relevanță au scos în evidență faptul că fostul președinte nu a fost complet sincer.

Ulterior, președintele a făcut o digresiune, declarând: „Am pilotat și eu avioane în trecut și mi-am zis *Uite un pilot îngrozitor*. Apoi, ăăă, am spus că trebuie să fi fost un accident oribil, dar am trecut repede mai departe... și nu am mai avut timp să mă gândesc la asta”. Am văzut cu toții că președintele nu a „trecut repede mai departe”, ci a rămas așezat în clasă, preț de câteva momente, având ocazia să se gândească la ceea ce tocmai se întâmplase. După părerea mea, ceea ce a declarat George Bush în această parte a discursului nu a fost tocmai adevărat.

Uneori, mincinosul însuși este cel care aduce în discuție adevărul. De exemplu, când Jennifer l-a întrebat pe Ken unde fusese cu o noapte înainte, în loc să spună că a fost cu prietenii sau la film, acesta a spus că a mers la cinema și că *nu ar înșela-o niciodată*. Jennifer nici măcar nu se gândea că bărbatul a înșelat-o – cel puțin nu până în momentul în care acesta a adus vorba despre această posibilitate. Ulterior, Jennifer a

descoperit că, într-adevăr, bărbatul o înșelase în acea seară în care declarase că fusese la cinema și că nu se întâlnise cu o altă femeie.

## Distragerea atenției de la adevăr și învinuirea altuia

Când o persoană îi învinuiește în mod constant pe ceilalți, să știți că este foarte posibil să mintă. În loc să recunoască ceea ce au făcut, oamenii de acest gen încearcă să distragă atenția de la adevăr. Un exemplu elocvent în acest sens este interviul dat de Lance Armstrong în emisiunea realizată de Oprah Winfrey. Sportivul a refuzat să accepte că ceea ce făcuse era greșit, arătând că nu se simte deloc vinovat. În schimb, a părut să-i învinuiască pe toți ceilalți pentru faptele sale. A dat vina pe cultură, pe fanii săi și chiar pe povestea sa, cea a ciclistului care învinsese cancerul și câștigase competiții sportive. Și-a învinuit boala, pentru că îl transformase într-o persoană atât de motivată, sau mama, pentru că era o luptătoare și l-a învățat și pe el să fie la fel. L-a învinuit chiar și pe colegul său ciclist Floyd Landis, pentru că a scos la iveală adevărul și a provocat un întreg scandal. După părerea lui Armstrong, Landis a făcut acest lucru pentru a se răzbuna pe el, deoarece fusese eliminat din echipa de ciclism.

Mincinoșii care dau vina pe alții în acest mod au convingerea că nu au greșit cu nimic. Chiar și cu câteva ore înainte de a fi executată pentru numeroase capete de acuzare, criminala în serie Aileen Wuornos continua să mintă cu privire la rolul ei în crime și să-și justifice faptele. A insistat că toată vina aparținea poliției, societății și instanței. În mod similar, când fostul președinte Bill Clinton a negat prima dată aventura sa cu Monica Lewinsky, el și consilierii săi au acuzat presa că ar fi inventat și perpetuat

această poveste. Dar probabil că cei mai faimoși pentru învinuirea celorlalți sunt părinții unor copii celebri cu probleme, cum ar fi cei ai actriței Lindsay Lohan, care par să dea vina pe oricine altcineva decât pe fiica lor pentru felul în care se comportă aceasta.

## Cuvinte de umplutură: „ăăă”, „deci”, „hm” și „știi”

Dacă cineva folosește foarte multe astfel de cuvinte lipsite de valoare, e foarte posibil să fie un mincinos. Richard Heene a procedat astfel atunci când a declarat că fiul său fusese luat pe sus într-un balon, dar ulterior a fost găsit teafăr, ascuns în podul casei. În direct, jurnalistul de la CNN Wolf Blitzer l-a asigurat pe Heene că nu vrea decât să clarifice ceea ce a vrut să spună fiul acestuia, Falcon, când a declarat că familia Heene a făcut acest lucru pentru show. Iată ce a răspuns Heene:

Păi, știi, am apărut la emisiunea *Wife Swap* de câteva ori, iar echipele de filmare care erau acolo... îmi imaginez că i-au pus o serie de întrebări cu privire la acest subiect și, ăăă, știi, cred că s-a referit la ceva de genul ăsta.

În acest caz, folosirea repetitivă și nepotrivită a acestor cuvinte de legătură a reflectat faptul că Heene nu spunea adevărul.

## Cuvinte care solicită confirmare și fac referire la onestitate

„Înțelegeți ce vreau să spun?”, „Mă urmăriți?”, „Mă auziți?”, „Sunteți atent la ceea ce spun?” – acestea sunt expresiile pe care mincinoșii le folosesc adesea pentru a vă verifica atenția și pentru a se asigura că încă îi ascultați și sunteți atenți. Acești mincinoși așteaptă să obțină cuvinte de confirmare, pentru a se asigura că pot continua în liniște cu minciuna. Confirmarea și asigurarea le dau încredere și îi încurajează și mai mult.

Dacă nu obțin confirmarea imediat, aceștia vor continua să vă bată la cap până când le oferiți garanția dorită. Dacă nu spuneți nimic sau îi luați la întrebări, vor adopta adesea o atitudine agresivă și defensivă. Când farsorul Richard Heene a încercat să explice, pe postul de televiziune CNN, de ce fiul său cel mic a declarat că făcuseră farsa cu balonul pentru show, el a început spunând „Păi, știi,...”. De obicei, când oamenii folosesc aceste cuvinte înainte de a răspunde la o întrebare, înseamnă că nu spun adevărul. În același fel, atunci când oamenii sunt onești, nu trebuie să v-o spună în mod expres. Prin urmare, când cineva folosește cuvinte și expresii de tipul „sincer”, „trebuie să fiu cinstit cu dumneavoastră”, „ca să vă spun adevărul”, „cu sinceritate”, „jur” sau „știți că sunt foarte onest”, înseamnă că persoana respectivă încearcă să vă convingă de sinceritatea sa și că, cel mai probabil, are ceva de ascuns.

## Lingușirile, complimentele și slugărnicia

Deși oricui îi place să i se adreseze complimente și să audă cuvinte frumoase despre el însuși, când cineva vă măgulește prea mult sau face prea multe comentarii mieroase și lingușitoare la adresa dumneavoastră, să știți că e foarte posibil ca o astfel de persoană să vrea ceva de la dumneavoastră. În cazul lui Bernard Madoff a fost vorba de banii altora, cu singura condiție să fie mulți. Altor escroci nu le pasă câți bani aveți, pentru ei important este să vă lase și fără ultimul leu din buzunar. Ba mai mult, vor chiar și banii care nu vă aparțin. Astfel de persoane vă vor linguși, vă vor flata și vă vor face să vă simțiți minunat numai ca să aibă acces la veniturile dumneavoastră. Ați primit vreodată un e-mail din acela fictiv, trimis din Nigeria, în care vi se spunea că cineva v-a lăsat moștenire o avere și că tot ce trebuie să faceți este să retrageți banii din contul dumneavoastră? Astfel de înșelătorii electronice sunt adesea pline de comentarii măgulitoare.

Cei care l-au cunoscut pe Bernard Madoff au observat că acesta era un expert în domeniu, adresând mereu complimente celor din jur și făcându-i să se simtă bine în pielea lor. Avea darul de a-l face pe cel din fața lui să se simtă ca și cum ar fi cea mai interesantă, inteligentă, atractivă și de succes persoană din lume. Având în vedere că cei mai mulți dintre clienții săi erau oameni de afaceri și profesioniști influenți, care oricum aveau o părere foarte bună despre ei înșiși, Madoff nu făcea decât să profite de acest aspect. Le cânta acestora în strună, iar ei se dădeau în vânt după un astfel de comportament. O jurnalistă care l-a vizitat în închisoare a povestit ulterior că Madoff o făcuse să se simtă ca și cum ar fi fost cea mai profesionistă reporteră din câte există. Prin urmare, dacă auziți prea multe cuvinte drăguțe și măgulitoare, chiar dacă vi se par sau nu reale, să

țineți cont că acesta este unul dintre cele mai comune semnale de alarmă care vă pot indica faptul că aveți de-a face cu un escroc sau un mincinos.

## Evitarea contragerilor

Cei mai mulți dintre oameni folosesc contragerile în vorbire pentru ca discursul să curgă cu ușurință și să pară mai puțin pretențios. În schimb mincinoșii evită să contragă silabele, rostind fiecare cuvânt în parte, pentru a sublinia clar faptul că ei nu mint. Fostul președinte american Bill Clinton nu a spus „N-am întreținut relații sexuale cu acea femeie”, ci „Nu am întreținut relații cu acea femeie”. În mod similar, când un reporter l-a întrebat pe Scott Peterson dacă a sunat-o pe amanta sa, Amber Frey, acesta a răspuns: „Nu, nu am sunat-o”. Când cineva hotărăște brusc să nu mai folosească contrageri în momentul în care neagă ceva, să știți că e foarte posibil să mintă.

## Timpurile verbale folosite incorect

Mincinoșii fac adesea confuzii cu privire la timpurile verbale. De exemplu, se pot referi la acțiuni trecute ca și cum ar avea loc în prezent. O.J. Simpson a procedat astfel în timpul interviului acordat jurnalistei Catherine Crier, folosind timpul prezent pentru a vorbi despre un eveniment care avusese loc deja. Psihopații sau sociopații confundă și ei frecvent timpurile verbale, iar cercetările au arătat că acest fapt se poate

datora modului în care funcționează aceștia din punct de vedere neurologic și cognitiv.

## Repetarea întrebării și oferirea de răspunsuri evazive

Când reporterul Bob Costas l-a intervievat pe Jerry Sandusky, l-a întrebat direct pe acesta: „Te simți atras, din punct de vedere sexual, de băieții tineri?”. Sandusky i-a răspuns rostind cuvintele rar și tărăgănat, pronunțând fiecare silabă în parte și repetând întrebarea: „Dacă sunt atras, din punct de vedere sexual, de băieții tineri?”. Răspunsul său a vorbit de la sine. Practic, acesta a recunoscut că era pedofil și s-a dat și mai tare de gol atunci când a repetat: „Dacă mă simt atras din punct de vedere sexual? Nu, nu. Îmi plac oamenii tineri. Îmi face plăcere să fiu în compania lor, hm, eu, ăăă, nu, nu sunt [pauză] atras, din punct de vedere sexual, de băieții tineri...”, cu vocea pierzându-i-se treptat.

Atunci când adresați o întrebare directă unui mincinos, acesta va repeta adesea întrebarea înainte de a da răspunsul. De exemplu: „Unde am fost aseară? Am fost acasă la Pete, să îl ajut...”. Apoi poate continua într-un mod evaziv: „Păi, am fost peste tot aseară”. Această persoană minte. Pentru mincinos, repetarea întrebării este o metodă de a câștiga timp, pentru a născoci răspunsul și a trece cu bine testul.

## Neconcordanțe

Oamenii care spun adevărul sunt consecvenți în ceea ce declară, începutul, mijlocul și finalul relatării lor fiind mereu aceleași, indiferent de câte ori spun acele lucruri, cui le spun sau când anume o fac. Pe de altă parte, pentru mincinoși e mult mai greu să prezinte mereu aceeași poveste – ei vor schimba, adăuga ori elimina detalii importante. Acesta este unul dintre cele mai evidente semne că cineva nu spune adevărul.

## Adoptarea unei atitudini defensive și conflictuale

O psihoterapeută a primit un telefon de la un bărbat care pretindea că este șeful unui sindicat al actorilor și că ar vrea să discute despre posibilitatea de a-i trimite clienți din această organizație, dar apoi a schimbat povestea brusc, spunându-i că are nevoie de câteva informații de la ea. Femeia i-a spus politicos că nu este interesată și a închis telefonul. Câteva minute mai târziu, bărbatul a sunat din nou și a început să-i adreseze cuvinte jignitoare, întrebând-o dacă are vreo problemă și afirmând că încerca doar să-i facă o favoare. După ce a muștrat-o cu severitate că i-a închis telefonul în nas, bărbatul i-a dat un număr de telefon cu apelare gratuită. Psihoterapeuta i-a spus că se va gândi la propunerea lui, iar după ce a închis telefonul și a reflectat asupra celor întâmplate și-a dat seama că bărbatul sunase de pe un număr din Las Vegas. Căutând numărul pe Internet, a descoperit că era de la un centru telefonic al unei firme din Las Vegas care încerca să tragă pe sfoară profesioniști din mediul de afaceri.

Când unul dintre parteneri îl înșală pe celălalt, de multe ori se întâmplă ca persoana vinovată să încerce s-o acuze pe cealaltă de trădare. Dacă o persoană devine ostilă și adoptă o atitudine defensivă atunci când îi puneți o întrebare, spunând: „De ce mă întrebi asta?” și acuzându-vă pe *dumneavoastră* că ați greșit, să știți că e foarte posibil să aveți de-a face cu un mincinos.

În mod cert am putut identifica aceeași atitudine defensivă și intenția de răsturnare a situației atunci când jurnalistul de la CNN Wolf Blitzer l-a luat pe Richard Heene la întrebări cu privire la declarațiile fiului său:

Mai devreme în emisiune te-am rugat să-l întrebi pe Falcon de ce s-a ascuns în garaj timp de aproape patru ore și de ce nu a ieșit de acolo atunci când v-a auzit pe toți strigându-l. L-ai întrebat: „Falcon, de ce nu ai ieșit?”. Iar Falcon a răspuns: „Ăăă, pentru că voi mi-ați spus că, ăăă, am făcut totul pentru show”. La care tu ai spus doar „Hm”. Ce a vrut să spună prin asta – „am făcut totul pentru show”?

Fără nicio tragere de inimă, Richard s-a întors către Falcon și a urmat o pauză lungă și stânjenitoare. Apoi i-a spus fiului său: „Vor să știe de ce erai în pod și de ce ai așteptat atât de mult, ăăă...”. După aceea Richard s-a oprit și i s-a adresat lui Blitzer: „Ăăă, mai spune, mai spune o dată...”, iar Blitzer a repetat întrebarea. Richard a făcut o nouă pauză apoi a spus:

„Ăăă, dați-mi voie să închei toată povestea asta, deoarece îmi dau seama în ce direcție vă învârtiți [*sic*], pentru că mai devreme, ăăă, voi, presa de afară, le-ați adresat o întrebare ofițerilor de poliție; noi nici nu aveam de gând să dăm acest interviu, ăăă, și sunt destul de oripilat că încercați să sugerați altceva, având în vedere toate necazurile [își mușcă buza de jos] prin care am trecut. Bine, sunt de-a dreptul oripilat pentru că mi-au spus afară că acesta va fi sfârșitul și că nu voi mai fi deranjat cu altceva, așa că, ăăă, sau deloc. Așa că am zis bine, fie, vom

da acest interviu, prin urmare sunt destul de oripilat că spuneți astfel de lucruri”.

Observați că Richard folosește cuvântul *oripilat* de trei ori în timpul declarației sale, ceea ce arată o indignare prezumțioasă.

## Indignarea prezumțioasă

Nu vom putea uita niciodată expresia de pe fața fostului președinte Bill Clinton, în timp ce privea direct în cameră, cu ochii îngustați și maxilarul încordat, sau limbajul trupului său în timp ce ne arăta degetul acuzator. De neuitat este și introducerea sa muștrătoare: „Repet încă o dată”. Atunci când oamenii spun lucruri de genul: „Ați face bine să mă ascultați”, „Nu îmi pasă dacă nu mă credeți” sau „Acesta este adevărul adevărat”, să știți că *nu* sunt sinceri. Astfel de declarații reflectă faptul că aproape toți mincinoșii apelează la indignarea prezumțioasă. Sunt furioși și revoltați că îndrăzniți să îi acuzați că mint și exprimă acest lucru atât nonverbal, cât și verbal. Sau, după cum îi spune regina Gertrude lui Hamlet, în piesa lui William Shakespeare, „Jurământul mi se pare prea lung”, în sensul că, dacă cineva neagă ceva în mod exagerat și cu vehemență, e foarte posibil ca tocmai acel lucru să fie adevărat.

## Expresii faciale incompatibile cu declarațiile

Când cuvintele cuiva nu se potrivesc cu expresia sa facială sau invers, puteți fi aproape sigur că persoana respectivă minte. În astfel de momente, este foarte important să analizați în ansamblu modul de comunicare al acelei persoane, în sensul că nu este suficient să fiți atent doar la limbajul trupului său, ci trebuie să îl corelați cu expresia sa facială, cu tonul vocii și cu conținutul discursului său. Dacă toate aceste elemente sunt incompatibile, puteți fi sigur că aveți în față un mincinos.

Bernard Madoff s-a ridicat în picioare în sala de judecată și a spus: „Îmi cer scuze față de victimele mele. Mă întorc cu fața la dumneavoastră”. Escrocul și-a răsucit corpul pentru a-și privi victimele preț de o secundă, după care a declarat pe un ton monoton, ca și cum ar fi citit dintr-un scenariu: „Îmi pare rău. Știu că asta nu vă ajută câtuși de puțin” – și imediat s-a așezat. Avea dreptate. „Scuzele” sale nu au ajutat pe nimeni – dimpotrivă, i-au înfuriat aproape pe toți cei prezenți. Pe lângă faptul că acele cuvinte nu au adus alinare nimănui, tonul monoton cu care au fost rostite l-a făcut pe Madoff să pară și nesincer. Victimele sale au simțit că scuzele nu sunt veritabile și că nu are remușcări pentru ceea ce făcuse.

### *Discordanțe între declarații și mișcările capului, pentru exprimarea acordului sau dezacordului*

Când sunteți de acord cu o afirmație, capul dumneavoastră se va mișca aprobator, în sus și în jos. Prin urmare, în momentul în care O.J. Simpson și-a mișcat capul într-o parte și în alta, în timp ce declara că nu știa că săvârșește o infracțiune când a ales să-și facă singur dreptate și să-și recupereze lucrurile de la comercianții de obiecte de colecție, probabil că

a fost unul dintre puținele momente în care sportivul spunea adevărul, că efectiv asta gândea. Dar atunci când, în timpul interviului acordat lui Oprah Winfrey, Lance Armstrong a declarat că este un om plin de defecte, sportivul și-a mișcat capul dintr-o parte în alta, arătând că, în sufletul lui, nu este de acord cu afirmația. De fapt, la începutul interviului, când Oprah l-a întrebat dacă crede că ceea ce a făcut este greșit, Armstrong a spus că nu și părea să creadă că acesta este adevărul. Dar când a declarat că ceea ce a făcut este de neiertat, ciclistul și-a mișcat din nou capul dintr-o parte în alta, când ar fi trebuit, de fapt, să dea din cap afirmativ. Acest gest a arătat că, în realitate, singurul lucru de neiertat pentru Armstrong era faptul că a fost prins.

## Afirmații sub formă de întrebări

Când cineva face o afirmație care sună mai degrabă ca o întrebare, este foarte posibil ca acea persoană să mintă. Și nu mă refer aici la intonația ascendentă specifică modului obișnuit de a vorbi al fetelor din sudul Californiei sau al unor tineri care vor să pară cei mai tari, pentru că aceștia vorbesc astfel în mod constant. Mă refer mai degrabă la situațiile în care auziți o astfel de intonație ascendentă în mod neașteptat, în timpul unei conversații. De exemplu, în cadrul interviului din emisiunea lui Oprah Winfrey, Lance Armstrong a vorbit despre Emma O'Reilly, o femeie care l-a acuzat, pe bună dreptate, că a luat cortizon și pe care sportivul a dat-o în judecată. Referindu-se la ea, cu o intonație ascendentă către final, Lance Armstrong a declarat: „Este una dintre persoanele față de care trebuie să-mi cer iertare...?”. Acest lucru a arătat că, de fapt, sportivul nu voia să-și ceară scuze de la acea femeie.

## Răspunsul întârziat sau pauzele prea lungi

Dacă cineva răspunde la o întrebare cu mare întârziere sau face pauze prea lungi între cuvinte, este foarte posibil ca persoana respectivă să mintă. Oamenii care procedează astfel caută să tragă de timp, pentru a se gândi la răspunsul potrivit. A fost uimitor cât de mult timp i-a trebuit lui Jerry Sandusky să răspundă la întrebările adresate de jurnalistul Bob Costas, în timpul unui interviu. Ar fi trebuit să fie în stare să răspundă imediat, fără pauzele stânjenitoare de câteva secunde. Nu a fost deloc surprinzător când s-a constatat ulterior că era un mincinos.

### „A fost doar o glumă”

Se întâmplă de multe ori ca oamenii să „scape” un adevăr fără să vrea (mai ales dacă e vorba de un comentariu ofensator la adresa dumneavoastră) și apoi să încerce să-și retragă cuvintele imediat sau să le anuleze, adăugând că era vorba doar de o glumă. Dar, de cele mai multe ori, acea persoană nu glumește, iar ceea ce a declarat la început reflectă exact ceea ce simte cu adevărat față de dumneavoastră. Tocmai v-a spus adevărul, așa că ați face bine să o credeți!

## „Nu știu” și „nu îmi amintesc”

Dacă discursul cuiva este presărat frecvent cu astfel de afirmații, cu siguranță că persoana respectivă *știe* despre ce este vorba. Oamenii care folosesc adesea aceste expresii vor să evite scandalul și să nu facă valuri, evitând să vă spună ceea ce gândesc cu adevărat. Astfel că preferă să fie prudenți, ezitând și spunând mereu că nu știu nimic. De multe ori, vor folosi acest răspuns atunci când le solicitați o părere sinceră în legătură cu un anumit subiect, deși cu siguranță au și ei o opinie. Este un răspuns întâlnit frecvent în timpul alegerilor, când oamenii nu vor să vă împărtășească viziunile lor politice. Prin urmare, vor evita adevărul și vor spune că nu știu cu cine votează sau că nu s-au hotărât încă, deși și-au ales deja candidatul.

Când Oprah Winfrey l-a întrebat pe Lance Armstrong de ce s-a hotărât să dezvăluie adevărul tocmai în acel moment, deși a negat cu vehemență, timp de 13 ani, ceea ce declarase în emisiunea ei, acesta și-a lăsat în jos privirea și a afirmat că nu știe și că nu are un răspuns la acea întrebare. În realitate însă, Lance știa foarte bine de ce a ales să spună adevărul și să recunoască că se dopase: își dorea ca în viitor să mai aibă posibilitatea de a participa la competiții de ciclism.

## Diminuarea importanței propriilor acțiuni și inventarea de scuze

Când oamenii sunt prinși cu minciuna, de multe ori se întâmplă să continue să mintă, justificându-și comportamentul și reducând importanța

propriilor acțiuni. Iată ce a răspuns Lance Armstrong atunci când Oprah l-a întrebat despre dopaj:

Ăăă, cocteilurile mele, ca să le spun așa, erau, erau doar din, ăăă, eritropoietină [nu foarte multă] – injectată, apoi din testosteron, pe care, într-un mod ciudat, aproape că l-am folosit în mod justificat, din cauza istoricului meu medical, evident, deoarece am cancer testicular și pierderea... cu siguranță a dus la reducerea severă a cantității de testosteron din corp.

Se poate observa cum Lance Armstrong încearcă aici să-și justifice faptele, spunându-ne că a luat doar o cantitate mică dintr-un drog, iar pe celălalt și l-a administrat din cauza cancerului testicular. Astfel, reducerea importanței și justificarea acțiunilor sale i-au sprijinit și continuat minciuna, chiar și după ce a recunoscut că s-a dopat. Într-adevăr, mai târziu în interviu a recunoscut că afirmațiile Emmei O'Reilly, conform cărora sportivul luase și cortizon, erau adevărate.

## Detașarea și adresarea față de ceilalți sau față de sine la persoana a doua sau a treia

Atunci când Lance Armstrong a vorbit despre cum i-a dat în judecată pe cei care au scos la iveală faptul că se dopa, acesta a declarat: „Este o greșală”. Observați că nu a spus „Am greșit”, ci a folosit verbul la persoana a treia, detașându-se de fapta sa și plasând-o la distanță de el. Și mai convingătoare sunt cuvintele care au urmat: *„Este vorba de un tip*

care s-a așteptat să obțină tot ce dorea și să controleze toate urmările [sublinierea îmi aparține]”.

Un alt exemplu al felului în care un mincinos se detașează de faptele sale a putut fi urmărit în timpul interviului cu O.J. Simpson realizat de Catherine Crier de la postul de televiziune Court TV. Atât jurnalistei, cât și tuturor celor care au privit emisiunea le-a fost foarte greu să creadă că, în cei 10 ani scurși de la moartea soției sale Nicole, copiii adolescenți ai sportivului nu l-au întrebat niciodată nimic despre moartea mamei lor, în ciuda faptului că aceștia urmaseră ședințe de psihoterapie. Ceea ce l-a dat de gol pe O.J. Simpson a fost faptul că s-a detașat de fapta lui și s-a referit la el însuși folosind persoana a doua singular în momentul în care a vorbit despre ceea ce ar spune dacă copiii săi l-ar întreba vreodată despre mama lor. Cu degetul ridicat acuzator, acesta a declarat: „În ziua în care vor întreba ceva, indiferent ce faci în acel moment, nu le spune *Așteptați să ajungem acasă*. Ăăă, indiferent de ceea ce faci în acel moment, las-o baltă, du-i undeva și vorbește-le despre ce s-a întâmplat”. În momentul în care Catherine Crier a insistat și mai mult, rugându-l să spună exact ce anume le-ar spune copiilor, mai ales că avusese 10 ani la dispoziție să se gândească la acest lucru, Simpson a răspuns: „Nu ai putea să le spui nimic concret, doar ceea ce ai simțit”. Dacă ar fi spus adevărul, O.J. Simpson nu ar fi vorbit despre el la persoana a doua.

## Actele ratate

Mincinoșii scapă adesea adevărul din greșeală, printr-un act ratat, concept lansat de Freud. După cum am menționat și anterior, creierul nu „vrea” să mintă, iar minciuna presupune foarte mult efort. Un mincinos trebuie să

inventeze o poveste și să o facă să sune credibil, apoi trebuie să țină minte minciuna și să nu facă afirmații contradictorii. Creierul și corpul vor să facă ceea ce este firesc și ușor – și anume, să spună adevărul. Astfel că adevărul iese adesea la iveală în timpul unui asemenea scăpări. Acesta este motivul pentru care trebuie să ascultați vorbele celorlalți cu atenție. Dacă îi cereți iubitului dumneavoastră, care v-a spus că este necăsătorit, să vă urmeze la mașină și vă spune că este un bun tată, când, de fapt, voia să spună că este un bun șofer, ar fi bine să îi cercetați cu mai multă atenție trecutul.

De multe ori, după ce se dă de gol într-un astfel de mod, persoana respectivă pare încurcată și se grăbește să-și corecteze „greșeala”, inventând tot felul de scuze pentru ceea ce tocmai a spus. Acesta nu este decât un indiciu în plus al faptului că are ceva de ascuns. Prin urmare, fiți atenți la aceste tipuri de scăpări și la acești sâmburi de adevăr ieșiți pe neașteptate din gura unui mincinos.

## Cuvintele fără noimă

Oamenii prinși cu minciuna încep adesea să vorbească fragmentat și fără sens, bătând câmpii și folosind cuvinte nepotrivite. Când Richard Heene a fost dat în vileag de Wolf Blitzer, răspunsul său a fost: „Îmi dau seama în ce direcție vă învârtiți”, deși a vrut să spună „Îmi dau seama în ce direcție vă îndreptați”. Mincinoșii confundă cuvintele sau chiar inventează altele noi, deoarece creierul lor trebuie să lucreze mult mai repede pentru a controla greșelile. Prin urmare, gândurile lor ies la suprafață mai repede, dar, de multe ori, nu au sens.

## Capitolul 11

### Ochii mincinoși: iubiți care înșală și amăgesc

Să ne imaginăm că vă aflați lângă partenerul dumneavoastră de viață când aflați de la un prieten comun că Jenny și Andy, cuplul cu care ați luat cina cu o săptămână înainte, divorțează. Să presupunem că îi cunoașteți pe cei doi de ani de zile și că erați convins de faptul că sunt fericiți și că au o relație solidă. În timpul cinei, totul părea să meargă bine între ei și nu ați observat nicio problemă. Partenerul dumneavoastră vrea să știe ce s-a întâmplat, dar nu vrea să-i deranjeze cu întrebări în astfel de momente. Se gândește că vor suna și vă vor spune ei înșiși cum stau lucrurile atunci când vor fi pregătiți. Pe de altă parte, dumneavoastră vreți să știți *acum* ce s-a întâmplat, așa că puneți mâna pe telefon și o sunați pe Jenny pe mobil. Aceasta izbucnește în lacrimi, în timp ce vă mărturisește că s-a săturat de comportamentul autoritar al lui Andy și de felul în care o înjosește mereu.

Acum că Jenny a menționat aceste lucruri, vă reamintiți și dumneavoastră că Andy avea, într-adevăr, obiceiul de a o umili și de a o transforma în ținta glumelor sale. Atunci credeți că nu vorbește serios, mai ales că asta spunea și el tot timpul: „Calmează-te, glumeam”. Dar acum, când aruncați o privire retrospectivă asupra unora dintre lucrurile pe care Andy i le-a spus lui Jenny în seara în care ați luat cina împreună, vă dați seama că unele afirmații au fost destul de răutăcioase. Apoi vă amintiți că a comandat mâncarea și pentru ea sau că a lovit-o ușor peste mână, spunându-i că a mâncat suficientă pâine. Din nou, ați considerat că făcea doar o glumă. Dar când vă gândiți mai mult la tot ce s-a întâmplat în

acea seară, vă amintiți și că stăteau la masă cu trupurile îndreptate în direcții opuse și abia se priveau unul pe celălalt. Când Jenny a vrut să comande un desert, Andy i-a spus că nu îi dă voie. Femeia a dat din cap dezaprobat și s-a încruntat, iar dumneavoastră ați crezut în continuare că Andy o făcea pe amuzantul. Dar, după ce ați ascultat tot ce a avut Jenny de spus, vă dați seama că nu era nimic comic în relația lor. Se pare că această femeie trăise un coșmar.

Aproape zilnic sunt contactată de diverse publicații sau posturi de televiziune care îmi solicită părerea cu privire la relațiile unor celebrități și mă roagă să stabilesc dacă acestea sunt fericite cu adevărat sau dacă au necazuri și sunt pe punctul de a se despărți. Oricât de favorabil ar prezenta situația echipa de relații publice sau impresarii acestora, dacă știți ce indicii să căutați, nu veți fi niciodată păcăliți sau surprinși când relația cuiva se duce de râpă. Uneori, când vine vorba de relațiile *proprie*, oamenii se mint chiar și pe ei înșiși, nereușind să identifice semnalele de alarmă decât când este prea târziu. Dumneavoastră nu trebuie să fiți unul dintre aceștia.

În continuare sunt prezentate câteva indicii scoase la iveală de limbajul trupului, care vă vor arăta cum să recunoașteți o relație care se îndreaptă în direcția greșită. Multe dintre cuplurile celebre pe care le veți vedea în fotografiile următoare au fost implicate în relații cu probleme, care s-au destrămat în cele din urmă. Deși au mințit presa, insistând că tot merge bine în relațiile lor, limbajul trupului lor a dezvăluit adevărul, așa cum veți vedea mai departe. Cu toate că sunt prezentate aici doar fotografii cu celebrități, veți vedea multe dintre aceste indicii și la cuplurile pe care le cunoașteți personal. Poate că le veți identifica și în propria dumneavoastră relație.

## Mersul înaintea partenerului

Dacă nu faceți parte dintr-o cultură sau nu sunteți adeptul unei religii care spune că femeia trebuie să meargă cu câțiva pași în spatele bărbatului, acest comportament într-un cuplu este un indiciu clar că respectiva relație are probleme. Ani la rândul, actorul Ashton Kutcher a fost surprins întotdeauna în ipostaze tandre alături de soția sa, Demi Moore. Prin urmare, nu mică a fost surpriza tuturor atunci când fotografii l-au arătat mergând cu câțiva pași înaintea acesteia. După cum reiese din fotografia 11.1, Ashton părea că nici nu bagă de seamă faptul că soția lui era prin preajmă. Prin urmare, nu a fost deloc surprinzător când am aflat că relația lor a luat sfârșit, la un an după ce această fotografie apăruse în presă.



Fotografia 11.1: Ashton Kutcher mergând cu doi pași înaintea soției sale, Demi Moore, aparent fără a o băga în seamă. Credit foto: Ron Asadorian/  
Splash News

Când partenerul de viață merge în față și nu vă ține de mână înseamnă adesea că și-a pierdut interesul sau respectul față de dumneavoastră ori pur și simplu că nu vă place. Faptul că merge cu câțiva pași înainte înseamnă că își dorește efectiv să se îndepărteze de dumneavoastră.

## Privitul în direcții diferite

Când două persoane ce formează un cuplu privesc constant în direcții diferite înseamnă că cei doi nu împărtășesc aceleași idei și au planuri

separate. Deoarece astfel de persoane nu se sincronizează, o relație pe termen lung între ei devine dificilă. Dacă acest lucru se întâmplă frecvent nu înseamnă decât că cei doi nu se potrivesc.

Probabil că cel mai nepotrivit cuplu celebru din toate timpurile a fost cel format din jurnalista Maria Shriver, membră a familiei Kennedy, și culturistul austriac Arnold Schwarzenegger. Cei doi erau diferiți din punct de vedere cultural, politic, religios, dar și moral, după cum s-a putut vedea. În cele din urmă, Maria a depus actele de divorț, după ce lumea întreagă a aflat că Arnold nu numai că a înșelat-o cu menajera lor, dar avea și un fiu ilegitim cu aceasta. Deși Arnold a recunoscut copilul și i-a acordat sprijin financiar, incidentul nu a făcut decât să sporească diferențele dintre el și soția sa.

Încă de la începutul relației lor, cei doi au fost foarte rar fotografiați privind în aceeași direcție, ceea ce a arătat că nu împărtășeau aceleași idei. Au privit adesea în direcții diferite și în fotografiile din anii în care erau la începutul relației, în cele de la nuntă sau de la evenimentele publice la care au luat parte, precum și în cele surprinse în perioada în care Arnold era guvernator al Californiei, iar Maria avea rolul de primă doamnă. Acest lucru indică destul de clar faptul că cei doi priveau viața în mod diferit și nu a fost o surpriză că au ajuns, în cele din urmă, să pășească pe drumuri separate.



Fotografia 11.2: Arnold Schwarzenegger și Maria Shriver privind în direcții diferite. Credit foto: Mario Anzuoni/Splash News

## Prea mult spațiu, prea puțin contact

Când două persoane care formează un cuplu sunt la începutul relației, s-au logodit ori s-au căsătorit de puțin timp, ar trebui să observați multe dovezi de afecțiune între ei. Dacă acest lucru nu se întâmplă, cu siguranță că acel cuplu este sortit eșecului. După ce am analizat numeroase fotografii și înregistrări video cu Kim Kardashian și Kris Humphries, mi-am dat seama că în acel cuplu nu exista dragoste și afecțiune. Am observat acest lucru chiar înainte ca cei doi să-și oficializeze relația, într-o ceremonie televizată plină de fast. A fost o căsătorie lipsită de dragoste, care a durat doar 72 de zile. În aproape toate fotografiile în care apar împreună, cei doi se ating foarte rar și orice încercare de apropiere fizică între ei pare

stângace și lipsită de naturalețe. Cel mai probabil, în acest caz este vorba de o lipsă de atracție fizică.



Fotografia 11.3: Observați distanța fizică și evidenta lipsă de afecțiune dintre Kim Kardashian și Kris Humphries. Credit foto: VLUV/Splash News

După ce a avut loc extravaganta lor căsătorie televizată, presa m-a rugat să analizez limbajul trupului celor doi și am fost prima care a prezis eșecul relației. Kim și Kris păreau nepotriviți și lipsiți de afecțiune și nu semănau deloc cu doi oameni îndrăgostiți care nu se pot abține să nu se atingă. Relația dintre cei doi era și mai distantă în timpul *reality-show*-ului în care erau protagoniști. Pe durata acestei emisiuni am văzut mai multe semne care m-au făcut să concluzionez că relația nu va dura, de la felul în care cei doi își vorbeau sau se priveau și până la modul în care stăteau unul lângă celălalt. Prin urmare, nu a fost deloc o surpriză, pentru mulți

dintre noi, atunci când cei doi s-au despărțit. Bănuiesc că separarea a fost un fel de eliberare și pentru ei.

Următoarea fotografie îi prezintă pe Tiger Woods și pe Elin Nordegren și a fost surprinsă la scurt timp după izbucnirea scandalului infidelității sportivului, în perioada în care cei doi soți încercau să-și salveze căsnicia. Observați distanța fizică foarte mare dintre ei. Faptul că Elin are privirea în pământ și nu se uită deloc la Tiger a fost un alt semn care a anunțat sfârșitul relației lor. Într-adevăr, cei doi nu au reușit să se împace și, în cele din urmă, au divorțat.



Fotografia 11.4: Observați distanța fizică dintre Tiger Woods și Elin Nordegren. Această fotografie a fost surprinsă în perioada în care cei doi încercau să-și salveze căsnicia, care, în cele din urmă, s-a finalizat printr-un divorț.

Credit foto: Splash News

## Orientarea picioarelor în direcția greșită

De-a lungul anilor au existat numeroase semne care au indicat faptul că relația dintre Katie Holmes și Tom Cruise era în primejdie – asta,

bineînțeles, dacă știți la ce anume să fiți atenți. De fiecare dată când prezentam presei analiza limbajului trupului acestui cuplu, fanii lui Tom Cruise nu erau deloc încântați. În e-mailurile pe care mi le trimiteau insistau că relația actorului cu Katie era una perfectă. Dar ochii *mei* nu au putut fi convinși de același lucru. Am intuit clar sfârșitul căsniciei celor doi cu mult timp înainte ca acest lucru să se întâmple. De fapt, am observat semne evidente de nefericire în limbajul trupului lui Katie, cu șase luni înainte ca aceasta să-și facă curaj să-și strângă lucrurile în secret, să părăsească domiciliul conjugal și să înceapă o nouă viață pe coasta de est a Americii, alături de fiica lor, Suri, pe atunci aflată la vârsta de școlarizare.



Fotografia 11.5: Poziția picioarelor i-a trădat pe Katie Holmes și pe Tom Cruise, în timpul premierei filmului *Misiune imposibilă: Protocolul fantomă*. Credit foto: Lakota/Splash News

După cum puteți observa în fotografia 11.5, pe lângă expresia facială crispată, privirea în direcția opusă și corpul care pare că dorește să se desprindă de cel al lui Tom Cruise, mai este și poziția picioarelor lui Katie, care indică în mod clar că aceasta nutrește sentimente de dispreț față de soțul ei. Vârful picioarelor sale sunt îndreptate către interior, o poziție cunoscută și sub denumirea de „degete de porumbel”. În timp ce limbajul corporal al lui Katie indică faptul că nu-i mai pasă de soțul ei, cel al lui Tom spune contrariul, și anume că acesta își apreciază și își iubește cu adevărat soția. Prin contrast, vârful piciorului lui Tom este îndreptat către Katie, iar corpul său se sprijină de cel al soției sale, menținând o poziție deschisă. De asemenea, Tom are o privire calmă și plăcută, maxilarul său fiind relaxat, în timp ce mandibula lui Katie și mușchii ei faciali par foarte încordați.

După vizualizarea acestei fotografii și a altora similare, care îi prezentau pe Tom și Katie împreună, este ușor de înțeles cât de uimit trebuie să fi fost actorul când a aflat că soția sa era foarte nefericită și dorea să-l părăsească. Având în vedere sentimentele sale pozitive față de Katie, reflectate de limbajul trupului său, este evident că Tom nu a avut nici cea mai mică bănuială că se întâmplă ceva grav în căsnicia sa. Dar dacă ar fi analizat cu atenție pozele în care apărea alături de soția sa de-a lungul anilor și limbajul trupului acesteia atunci când se afla lângă el, poate că și-ar fi dat seama de problemele care urmau să se ivească.

## Competiția: eclipsarea partenerului

Când două persoane care formează un cuplu sunt într-o relație competitivă, dintr-un motiv sau altul, această atitudine se reflectă în

limbajul trupului lor, în momentele în care apar împreună. Unul dintre ei va încerca să-l întrecă pe celălalt, ceea ce, în final, va duce la distrugerea relației de iubire. Când ambii parteneri au cariere de succes și nu se sprijină unul pe celălalt, se poate ajunge la dezastru. Când unul dintre ei dorește să-și eclipseze partenerul, relația nu va funcționa niciodată, indiferent cât de multă atracție fizică există între cei doi. Relația se va deteriora rapid, așa cum s-a întâmplat și în cazul cuplului format din Katy Perry și Russell Brand.

Fotografia 11.6 vorbește de la sine. Se pare că Russell Brand nu prea s-a putut adapta la faima și la statutul de vedetă al soției sale. După analizarea mai multor fotografii care îi înfățișau pe cei doi soți în perioada în care li se destrăma căsnicia, mi s-a părut că Russell era extrem de nefericit, ceea ce o făcea și pe Katy să fie tristă și îndurerată. Aceasta s-a plâns de relația lor instabilă chiar și în timpul unui documentar autobiografic. E posibil ca Russell să-și fi dorit ca el să fi fost vedeta cea mai cunoscută dintre cei doi. În această fotografie puteți observa cum acesta o blochează pe Katy, poziționându-se în fața ei, în timp ce ea pare să rămână în planul secund. E posibil ca acest comportament grosolan și jignitor să reflecte dinamica relației dintre cei doi.

În plus, puteți să faceți diferența între expresia plăcută de pe fața lui Katy și privirea intensă a lui Russell. Acesta pare mai preocupat de cameră decât de soția sa. Invadează practic și spațiul lui Katy. Comportamentul lui nu este un semn de bun augur în ceea ce privește dinamica unei relații. Nicio relație nu poate funcționa dacă unul dintre parteneri este invidios pe celălalt sau se află în competiție cu acesta. Prin urmare, despărțirea lor nu a fost o surpriză.



Fotografia 11.6: Russell Brand pare să o eclipseze pe Katy Perry. Observați de asemenea și expresiile lor faciale contradictorii. Credit foto: Jen Lowery/Splash News

## Comportamentul autoritar

Când unul dintre partenerii dintr-o relație încearcă, în mod constant, să-i dea dispoziții celuilalt – spunându-i cum să stea, ținându-l de mână sau trăgându-l în urma sa oriunde –, cu siguranță nu este un semn bun. Am observat toate aceste indicii și multe altele de fiecare dată când eram rugată de presă să analizez limbajul corporal al cuplului format din Jennifer Lopez și Marc Anthony.

Marc părea că încearcă mereu să o poziționeze pe Jennifer într-un anumit fel sau să o tragă după el, iar aceasta nu era deloc încântată de gesturile soțului ei. De fapt, artista părea adesea încurcată și stânjenită. De-a lungul anilor în care au fost împreună, Jennifer mi-a dat mereu impresia că a încercat să facă lucrurile să funcționeze și să se supună voinței soțului, dar limbajul trupului și expresiile sale faciale arătau că nu era fericită.



Fotografia 11.7: Marc Anthony afișând un comportament autoritar față de Jennifer Lopez.  
Credit foto: Whittle/Splash News

S-ar putea ca tensiunea dintre cei doi soți să fi fost cauzată și de faptul că ambii erau vedete foarte cunoscute, acest factor sporind presiunea asupra relației. În momentul în care s-au despărțit, nu am rămas surprinsă,

la fel cum nu m-a mirat să o văd pe „J-Lo” părând, în sfârșit, fericită și mai puțin încordată; se putea observa chiar un zâmbet autentic, pe care l-a ascuns în timpul căsniciei. Comportamentul autoritar constant față de partener nu reprezintă un aspect pozitiv pentru longevitatea relației respective.

## Afecțiunea neîmpărtășită

Când unul dintre parteneri dă dovadă de mai puțină afecțiune decât celălalt sau când limbajul trupului său indică faptul că este închis în sine, acest comportament poate fi un semn prevestitor al unei relații sortite eșecului. Analizând poziția corporală al lui Tiger Woods față de soția sa Elin, se poate concluziona că sportivul a avut cu siguranță probleme în a-și exterioriza afecțiunea cu mult timp înainte de izbucnirea scandalului de infidelitate.



Fotografia 11.8: Tiger Woods neîmpărtășind gestul de afecțiune al lui Elin Nordegren.

Fotografia a fost surprinsă cu câțiva ani înainte de izbucnirea scandalului legat de nenumăratele aventuri amoroase ale sportivului. Credit foto: Phil Penman/Splash News

În fotografia 11.8 o putem vedea pe Elin aplecându-se spre Tiger și cuprinzându-l afectuos pe după umeri. Dar Tiger privește drept înainte, cu brațele sprijinite pe genunchi și cu pumnii strânși în față, afișând o postură încordată și rigidă. Acesta nu se întinde după Elin, ci pare să atingă manșeta cămășii cu una dintre mâini. Poate că era prea preocupat ca să fie afectuos cu Elin, gândindu-se la toate celelalte femei cu care se presupune că avea aventuri amoroase.

Nimic nu a fost mai șocant decât fotografia în care apărea cântăreața Rihanna, cu fața lovită de prietenul ei, rapper-ul Chris Brown. Acesta a snopit-o în bătaie, lovind-o cu capul de un geam al mașinii și cu pumnul în față. Această femeie abuzată a obținut un ordin de restricție împotriva lui Chris Brown, care a suportat consecințele, fiind nevoit să răspundă în fața legii pentru infracțiunea comisă. Însă, din nefericire, Rihanna s-a întors la iubitul ei violent, așa cum fac multe femei maltratate. Aceasta a participat la emisiunea lui Oprah pentru a anunța că ea și Chris s-au împăcat și pentru a primi binecuvântarea întregii lumi.



Fotografia 11.9: Cântărețul Chris Brown neîmpărtășind afecțiunea iubitei sale Rihanna.  
Credit foto: London Entertainment/Splash News

Dar, după ce am analizat numeroase fotografii în care cei doi apar împreună de atunci, mi se pare că pe Rihanna o așteaptă aceeași soartă. Poate Chris nu o va mai bate, dar fotografia 11.9 arată faptul că ar putea fi violent la nivel emoțional sau, cel puțin, asta este părerea mea. Chris este absorbit de jocul de baschet și o ignoră pe iubita sa plină de afecțiune. Nu o ține de mână și pare că nici nu își dă seama că este și ea acolo. Aceeași dinamică de cuplu poate fi observată și în multe alte fotografii în care sunt surprinși cei doi. Când au apărut împreună la Premiile Grammy din 2013, Rihanna a încercat să fie afectuoasă, punându-și mâna pe umărul lui Chris, dar acesta nu a părut interesat să-i întoarcă gestul. În cele mai multe dintre fotografii, Rihanna apare cu brațele încrucișate, ca și cum ar încerca să protesteze în liniște.

Se pare că Rihanna își dorește cu disperare să aibă parte de dragostea și afecțiunea lui Chris, dar, cel puțin după cum reiese din această

fotografie, iubitul ei nu este interesat să-i satisfacă nevoile. După părerea mea, dacă se continuă în acest fel, lucrurile nu arată bine pentru viitorul acestui cuplu. Pentru a întreține o relație de durată, partenerii trebuie să-și împărtășească afecțiunea.

## Capitolul 12

# Profilul celui mai toxic mincinos: psihopatul/sociopatul

Probabil că cei mai periculoși mincinoși sunt cei care dau dovadă de comportamente antisociale. Este vorba despre psihopații ordonați și metodici (cum ar fi canibalul Jeffrey Dahmer sau criminalul în serie Ted Bundy) și despre sociopații mai dezorganizați și impulsivi (precum Scott Peterson, bărbatul care și-a ucis soția și copilul nenăscut). În ciuda acestor diferențe și a altor deosebiri subtile, psihopații și sociopații împărtășesc aceleași trăsături generale.

În acest capitol veți descoperi profilul psihopatului și al sociopatului. Veți învăța care sunt cele mai comune indicii oferite de limbajul trupului și al feței, care vă vor ajuta să vă dați seama dacă vă aflați în prezența unuia dintre acești indivizi lipsiți de conștiință. Înțelegerea profilului acestora și identificarea indicilor comune vă pot salva viața, deoarece veți învăța să-i recunoașteți pe acești oameni toxici și periculoși, care reprezintă un procent de aproximativ unu sau doi la sută din întreaga populație. (Observație: pentru a păstra fluenta textului, mă voi referi la acești oameni folosind doar cuvântul psihopat, dar trebuie să rețineți că cei doi termeni nu se pot substitui între ei.)

## Caracteristicile discursului

Psihopații sunt foarte ușor de recunoscut după caracteristicile distinctive ale modului în care vorbesc. Una dintre aceste caracteristici, care indică detașarea psihologică, este folosirea frecventă a timpului trecut. Într-adevăr, cercetătorii au descoperit că, în comparație cu oamenii normali, psihopații folosesc trecutul mai des decât prezentul, mai ales când își descriu crimele. De asemenea, aceștia au tendința de a fi mai incoerenți în vorbire, folosind cuvinte de umplutură, cum ar fi „ăăă” sau „hm”, care întrerup fluenta discursului. Este posibil ca acest lucru să se întâmple deoarece, în acest mod, psihopații au mai mult timp să se gândească la minciunile pe care le născocesc. Este modul lor de a încerca să-și controleze cuvintele.

Pentru că psihopații se consideră îndreptățiți să privească lumea și pe cei din jur ca și cum ar fi la dispoziția lor, cercetătorii de la University of British Columbia au descoperit că aceștia folosesc frecvent cuvinte precum „deoarece” și „astfel încât” – practic, enunțuri de tip „cauză și efect”. Acest lucru arată faptul că psihopații își văd crimele ca pe niște rezultate logice ale unui plan sau ca pe niște acțiuni a căror îndeplinire era necesară pentru atingerea unui scop. De asemenea, acești oameni obișnuiesc să mintă și să se folosească de farmecul lor pentru a pune mâna pe ceea ce consideră că le aparține. Prin urmare, este posibil ca un psihopat să încerce să vă măgulească, lăudându-vă și complimentându-vă în mod excesiv. Din acest motiv, astfel de oameni fac o impresie foarte bună la început, deoarece sunt foarte atenți la reacțiile celorlalți, spunându-le apoi ceea ce vor să audă. De asemenea, psihopații vă pot adresa foarte multe întrebări, pentru a vă identifica rapid punctele slabe de la nivel emoțional – ce anume vă întristează, ce vă face să vă enervați sau ce vă bucură – iar apoi să se joace cu sentimentele dumneavoastră (un tip

de trăiri de care ei duc lipsă, dacă tot veni vorba). Psihopații nu au sentimente, remușcări și, în mod sigur, nu au conștiință. Manipularea lor verbală poate fi persistentă și necruțătoare.

Oricât de fermecători și interesanți încearcă să pară, psihopații se vor da adesea de gol și vă vor arăta cine sunt cu adevărat prin remarci și comentarii insensibile sau lipsite de compasiune; este posibil să auziți chiar și un comentariu sadic sau macabru, care să vă tulbure. Să nu ignorați niciodată reacția trupului dumneavoastră la astfel de vorbe, deoarece e posibil să vă avertizeze că ceva este în neregulă cu persoana pe care o aveți în față. De asemenea, în trecutul lor, mulți dintre psihopați au tratat cu cruzime animalele, prin urmare, să nu fiți surprins dacă auziți o astfel de persoană făcând un comentariu insensibil și sadic la adresa animalului dumneavoastră de companie.

Studiile au arătat că psihopații par a fi foarte preocupați de nevoile de bază: hrană, adăpost, îmbrăcăminte și alte lucruri similare. Aceștia au tendința de a folosi de două ori mai multe cuvinte legate de nevoile fiziologice de bază și de autoconservare decât restul oamenilor. Prin contrast, criminalii care nu se încadrează în categoria psihopaților vorbesc mai mult despre spiritualitate, religie și familie.

Când un psihopat (cel mai adesea de sex masculin) comite o crimă, obișnuiește să se victimizeze, așa cum a făcut și Aileen Wuornos, criminala în serie care a dat vina pe poliție pentru acțiunile ei (deoarece a lăsat-o să continue să omoare nenumărați bărbați) și pe societate (care a permis ca Aileen să fie condamnată la moarte). Într-un interviu din noaptea anterioară execuției sale, aceasta a declarat: „Nu am făcut nimic greșit, așa cum au spus ei... și am salvat mulți oameni de la a fi răniți, violați și uciși”. Din spatele gratiilor, criminalul Charles Manson aruncă și el cu acuzații similare, învinuindu-i pe alții pentru faptele sale. Ca majoritatea psihopaților, Aileen Wuornos a vorbit cu multă trufie despre ea însăși. Acest tip de trufie a fost foarte evident și în numeroasele

interviuri pe care Charles Manson le-a dat de-a lungul anilor. Această infatuare exagerată este cauzată de faptul că psihopatul consideră că toate i se cuvin, ceea ce dă naștere la un comportament arogant și infatuat. Astfel, psihopatul ajunge să vorbească despre el cu cuvinte mărețe, în timp ce îi învinuiește pe alții pentru faptele sale, neasumându-și nicio responsabilitate.

În mod surprinzător, psihopații sunt foarte sensibili atunci când percep chiar și cel mai mic atac la adresa lor și pot răspunde cu aceeași monedă, adoptând un limbaj agresiv și chiar un comportament violent. Poate că cel mai înfricoșător lucru pe care l-am văzut a fost înregistrarea video a unui interviu pe care medicul psihiatru Park Dietz l-a realizat cu criminalul psihopat Richard Kuklinski. În timpul înregistrării, psihopatul l-a informat pe Dietz că psihiatrul îi provoacă furie, dar că nu știe din ce motiv. Când medicul l-a întrebat dacă nu cumva este nervos pentru că simte că este judecat, criminalul în serie a recunoscut deschis că acesta este motivul.

Chiar și psihopații care nu sunt criminali au tendința de a adopta o atitudine defensivă atunci când simt că sunt judecați sau criticați. Îi vor ataca verbal pe ceilalți cu un potop de cuvinte agresive. De asemenea, când mint, aceștia au obiceiul de a articula cuvintele în mod exagerat, pronunțându-le cu mare precizie. Se poate observa cu claritate acest lucru în ultimul interviu din închisoare al criminalului în serie Ted Bundy, realizat cu câteva ore înainte de a fi executat. Când un sociopat de rând pronunță cuvintele precis și sacadat, fără să folosească contrageri, să știți că e foarte posibil să mintă. Acest mod de a vorbi a putut fi auzit și în sala de judecată în timp ce escrocul financiar Bernard Madoff și-a cerut scuze de formă victimelor sale, înainte de a fi luat pentru a-și executa pedeapsa de închisoare pe viață. Această pronunție sacadată ar fi putut reflecta și sentimentele ostile și batjocoritoare pe care le simțea față de cei pe care i-a escrocat.

Probabil că cea mai evidentă caracteristică a discursului psihopaților este faptul că aceștia se contrazic frecvent, chiar și în cadrul aceleiași fraze. De exemplu, pot să vă mintă atunci când îi întrebați un anumit lucru, dar, dacă reformulați puțin întrebarea, e posibil să obțineți de la ei adevărul. Cercetătorii au descoperit că acest aspect are legătură cu modul specific în care este structurat creierul acestor indivizi.

## Tonurile vocii

Deoarece psihopații nu dau dovadă de remușcare sau vinovăție, tonul vocii lor reflectă această lipsă de sentimente și emoții. Dacă analizăm caracteristicile vocilor unor cunoscuți criminali în serie, cum ar fi Jeffrey Dahmer, John Wayne Gacy, Ted Bundy, Richard Ramirez (supranumit și „urmăritorul din noapte”) sau asasinul plătit al mafiei Richard Kuklinski, putem desprinde o trăsătură comună esențială: toți vorbesc despre crimele lor odioase cu o voce monotonă, lipsită de emoție și implicare. Chiar și la sociopații care nu comit crime, cum este cazul escrocului Bernard Madoff, se poate auzi aceeași voce lipsită de viață, seacă și monotonă. Acest fel de a vorbi este evident mai ales atunci când sociopatul îi învinuiește pe ceilalți, considerând că toți sunt responsabili de faptele lui, mai puțin el însuși. Când încearcă să manipuleze pe cineva, este posibil să renunțe la vorbirea monotonă. În astfel de situații, sociopații vorbesc mai tare, ritmul vorbirii se întetește, iar înălțimea vocii sporește, în timp ce încearcă să-și îmbrobodească viitoarele victime.

# Lacrimile de crocodil

Dacă veți vedea vreodată că un sociopat plânge, așa cum fac mulți dintre ei în timpul proceselor în instanță, veți observa că plânsul lor este unul fals. În primul rând, în astfel de cazuri nu există lacrimi veritabile. În al doilea rând, aceștia vor putea fi văzuți adesea ștergându-și pe rând câte un ochi. Când oamenii plâng cu adevărat, lacrimile curg din ambii ochi, iar tendința este de a-i șterge pe amândoi deodată. De asemenea, mușchii minusculi de pe părțile laterale ale buzei de jos se lasă în jos. Când plânge un psihopat, nu veți observa niciunul dintre aceste semne. În schimb, veți vedea cum buza de jos rămâne nemișcată sau chiar cu colțurile îndreptate în sus, ca într-un fel de zâmbet de satisfacție a celui care înșală. În esență, satisfacția psihopatului pentru că a reușit să-i păcălească pe ceilalți va fi dată de gol de expresiile și mișcărilor sale faciale. În timpul interviului pe care Diane Sawyer i l-a luat lui Scott Peterson, mișcărilor și expresiile faciale ale acestuia au scos la iveală faptul că mințea și se prefăcea îngrijorat pentru soarta soției sale însărcinate, deși știa foarte bine unde se afla aceasta, și anume pe fundul golfului. Același lucru a fost valabil și în cazul lui Susan Smith, femeia care își va petrece restul vieții în spatele gratiilor pentru că și-a omorât copiii. În momentul în care aceasta a organizat o conferință de presă și a plâns în fața tuturor după copiii dispăruți, tocmai lacrimile ei false au fost cele care i-au făcut pe mulți să creadă că ea era criminala.

Când plâng cu adevărat, starea oamenilor nu se schimbă brusc de la supărare la fericire. Există o perioadă de tranziție, necesară pentru instalarea unei stări emoționale diferite. În cazul psihopaților, tranziția este inexistentă, aceștia fiind capabili să treacă de la lacrimi la zâmbete într-o miime de secundă, ceea ce reprezintă un alt indiciu al faptului că mint. Psihopații se prefac că plâng pentru a câștiga compasiunea celorlalți

și pentru a-i aduce de partea lor, așa cum au făcut Scott Peterson, Susan Smith și mulți alții ca ei.

## Expresia facială

Deoarece psihopații sunt atât de pricepuți în a-i minți și a-i manipula pe cei din jur, este foarte important să acordați mare atenție privirii acestora. Dacă un astfel de om se uită insistent la dumneavoastră, fără a-și feri privirea, să știți că e posibil să încerce să vă manipuleze. Privirea ațintită este un mod de a deține controlul asupra celorlalți. Acest tip de privire era foarte evident în cazul lui Drew Peterson, fostul ofițer de poliție din Illinois, care se află acum în închisoare pentru că și-a omorât una dintre cele patru soții. Dacă aveți ocazia să vă uitați la interviul pe care l-a dat în emisiunea *Today Show* cu câțiva ani înainte de a fi condamnat, veți observa privirea lui intensă, hipnotizantă, în timp ce încearcă să convingă prezentatorul și publicul de nevinovăția sa. Totuși, când un psihopat nu are mare lucru de câștigat de la dumneavoastră, îi va fi greu să mențină contactul vizual, deoarece nu se poate gândi la cei din jur ca la entități separate. Astfel de indivizi îi văd pe ceilalți oameni doar ca pe niște obiecte sau ca pe mijloacele prin care ei își îndeplinesc dorințele și își satisfac nevoile.

Psihopatul încearcă să manipuleze și jucându-se de-a șoarecele și pisica: vă poate privi insistent pentru ca mai apoi, pe neașteptate, să vă ignore în totalitate. În esență, este vorba de o condiționare operantă intermitentă, menită să vă dezechilibreze și să vă facă să deveniți vulnerabil (și, prin urmare, mai ușor de intimidat și de manipulat).

Zâmbetul unui psihopat nu este aproape niciodată autentic. Astfel de indivizi nu zâmbesc natural, cu pomeții ridicați, ochii întredeschiși și dinții la vedere. În schimb, pe fața lor apare o grimasă falsă, similară unei măști, cu buzele strânse, ca și cum ar mima un zâmbet. Deoarece psihopații nu sunt capabili de emoții, mulți dintre ei exersează pentru a menține o expresie facială plăcută, astfel încât cei din jur să nu-și dea seama de insensibilitatea lor. În mod ironic, acești indivizi sfârșesc prin a îndepărta astfel mulți oameni, pentru că de pe fața lor lipsește întreaga paletă normală de emoții. Este posibil ca acesta să fi fost motivul pentru care criminalul în serie John Wayne Gacy se deghiza în clown și își picta o expresie de fericire pe fața sa lipsită de emoții, în încercarea de a-i ademini pe băieții tineri.

## Limbajul trupului

De obicei, reacțiile emoționale ale psihopaților – cel mai adesea furia – ies la iveală prin intermediul sistemului nervos autonom. Este posibil să-i vedeți dintr-odată transpirând sau înroșindu-se pe măsură ce „fierb” de furie. Deși tonul lor poate să rămână calm, liniștit și stăpânit, pielea îi trădează. De asemenea, psihopații au obiceiul de a veni mai aproape și de a se apleca spre ceilalți atunci când vorbesc. De asemenea, stau așezați, cu mâinile încleștate, adoptând o postură rigidă și nemișcată. Când Drew Peterson a apărut la emisiunea *Today Show* pentru a vorbi despre soția sa dispărută, Stacy Peterson, a stat așezat, cu mâinile strânse și nu și-a schimbat poziția corpului pe întreaga durată a interviului. Psihopatul nu este în stare să simtă sau să exprime întreaga gamă de emoții (cu excepția furiei). Prin urmare, mișcările trupului lor au tendința de a deveni la fel de

mecanice și artificiale. Nu e neobișnuit nici să-i vedem ținându-se strâns în brațe, în timp ce rămân nemișcați în aceeași poziție.

Limbajul trupului unui psihopat va contrazice adesea ceea ce spune acesta. De exemplu, atunci când răspunde afirmativ, e posibil să dea din cap într-o parte și în cealaltă, negând afirmația, sau invers. În timp ce cuvintele sale exprimă un lucru, limbajul trupului spune o cu totul altă poveste.

De asemenea, se poate întâmpla adesea să vedeți un psihopat mergând țănoș și cu pieptul ieșit în afară. Chiar și când era cu cătușele la mâini și purta uniforma de pușcăriaș, Drew Peterson era mereu înfumurat când se prezenta la proces. Dar chiar și cu acest aer infatuit și plin de încredere, psihopatul poate să se dea de gol și să arate că are ceva de ascuns, după cum se putea vedea într-o fotografie care îl înfățișa pe Jerry Sandusky, fostul antrenor al echipei de fotbal a Penn State University, condamnat pentru pedofilie, în timp ce mergea către sala de judecată, pentru a lua parte la proces. Deși era tot numai un zâmbet, faptul că mergea cu ambele mâini în buzunar arăta că avea ceva de ascuns, și anume că era vinovat.

Având în vedere că scopul psihopatului este acela de a vă ademini, un asemenea individ poate să se prefacă bolnav sau suferind pentru a vă stârni compasiunea. Exact așa a procedat Ted Bundy. Acesta obișnuia să poarte un ghips detașabil pe braț, pentru a simula că este rănit și a le atrage pe tinerele femei care aveau să-i devină victime.

## Concluzie

### Catharsis prin descoperire

De multe ori simțim o mare satisfacție când descoperim că cineva ne-a mințit. Mulțumirea este și mai mare în momentul în care aflăm că respectiva persoană a fost trasă la răspundere pentru faptele sale. De exemplu, Marsha Petrie Sue, femeia care a copiat fragmente dintr-o carte scrisă de mine și a pierdut procesul pe care i l-am intentat, este cunoscută peste tot ca fiind o persoană care a încălcat drepturile de autor. Din cauza faptelor sale, aceasta și-a pierdut temporar autorizația eliberată de National Speakers Association.

Este reconfortant când auzim că oameni precum Tawana Brawley, femeia care a acuzat 10 bărbați nevinovați de atac și viol, trebuie să-l despăgubească pe procurorul pe care l-a acuzat pe nedrept. De asemenea, suntem foarte mulțumiți când aflăm că Amani Ginyard, cea care și-a acuzat soțul de pedofilie, trebuie să plătească despăgubiri de mii de dolari și să renunțe la custodia fiicelor sale. Putem să ne consolăm cu ideea că uneori „justiția divină” triumfă, așa cum s-a întâmplat în cazul lui O.J. Simpson, care a ajuns până la urmă la închisoare, chiar dacă nu pentru uciderea soției sale Nicole și a prietenului acesteia Ron Goldman, ci pentru o infracțiune diferită. Drew Peterson a ajuns și el la pușcărie pentru uciderea celei de-a treia soții, în momentul în care au apărut suspiciuni că ar fi implicat în dispariția celei de-a patra.

De asemenea, poate fi reconfortant pentru dumneavoastră să vedeți cum funcționează dreptatea divină în propria viață. Poate că femeia ale cărei minciuni au făcut să vă pierdeți slujba este acum șomeră și nu

reuşeşte să-şi găsească de lucru de ani buni, în timp ce cariera dumneavoastră a înflorit. Poate că zâmbiţi când aflaţi că fostul dumneavoastră soţ, cel care v-a înşelat cu secretara, este acum trist şi singur pentru că aceasta l-a părăsit pentru un alt bărbat. Vă simţiţi şi mai bine ştiind că este nefericit şi că viaţa lui e un dezastru, în timp ce dumneavoastră aţi găsit din nou dragostea şi simţiţi că luaţi viaţa de la capăt.

Este o mare uşurare pentru toată lumea când justiţia îşi face treaba, iar indivizi precum Bernard Madoff, Scott Peterson, Jerry Sandusky şi alţi criminali, violatori sau escroci nu vor mai putea să distrugă viaţa nimănui. Nu vor mai fi niciodată liberi, deoarece ei şi cei de teapa lor vor rămâne în spatele gratiilor până la moarte.

În cazul ciclistului Lance Armstrong, verdictul nu s-a pronunţat încă. Va avea oare parte de justiţie reală sau divină? Indiferent de răspuns, toate aceste lucruri ne arată că vechiul proverb care spune că „minciuna are picioare scurte” este valabil. Într-un fel sau altul, mincinosul este prins din urmă de toate faptele sale toxice, fie că este vorba de înşelătorie, infidelitate, disimulare sau falsitate.

Poate că uneori aţi fost minţit sau păcălit când vă aşteptaţi mai puţin. Sau poate că, altă dată, v-aţi dat seama că aţi putea fi minţit şi acum vă învinuiţi pentru că nu aţi avut încredere în propriile instincte. Din această carte aţi aflat că nu trebuie să vă mai simţiţi vreodată neajutorat. Aţi învăţat cum să recunoaşteţi semnele şi indiciile lipsei de onestitate. Aţi aflat direct de la sursă, prin intermediul cuvintelor din aceste pagini şi al fotografiilor celor care au minţit, că trupul nu minte. La fel cum nu pot minţi nici faţa, vocea ori alegerea cuvintelor. După ce aţi citit cuvintele pe care le-au spus mincinoşii, aţi descoperit că vorbele pe care le spun oamenii şi felul în care le spun nu pot fi trecute cu vederea.

Aţi învăţat că, dacă sunteţi atent la limbajul trupului şi al feţei şi la caracteristicile vocii şi ale discursului cuiva, puteţi să vă daţi seama foarte

bine dacă respectiva persoană vă minte sau vă spune adevărul. Acum știți că trebuie să priviți lucrurile obiectiv și să le vedeți așa cum *sunt*, și nu cum ați vrea să fie. Folosiți această carte ca un ghid de referință și nu ezitați să o mai consultați din când în când, să parcurgeți pasajele care v-au atras atenția sau, de ce nu, să o recitiți în întregime. Cu cât puneți în practică mai mult ceea ce ați învățat din această carte, cu atât mai priceput veți fi în a înlătura mincinoșii și escrocii care sunt deja în viața dumneavoastră sau care așteaptă să le cădeți în plasă. De acum înainte, veți ști cu siguranță dacă partenerul de viață, prietenii, frații, copiii, părinții sau alte rude vă mint, dacă prietenii vă sunt cu adevărat prieteni sau dacă partenerii de afaceri sunt onești. De asemenea, vă veți da seama dacă agenții comerciali, politicienii și chiar celebritățile care apar în mod regulat în presă sau la televizor spun lucrurilor pe nume sau vă aruncă praf în ochi.

Acum aveți la îndemână toate uneltele necesare care vă vor permite să vă dați seama dacă cineva vă este prieten sau dușman. Prin urmare, trăiți-vă viața folosindu-le în mod chibzuit și nu permiteți nimănui să vă mai mintă vreodată!

# Index<sup>1</sup>

## A

acoperire a gâtului cu mâna 112  
acoperire a ochilor 143  
acoperire a părților vulnerabile ale corpului 119-121  
acte ratate 211  
adolescenții și minciuna 48-49  
adresare față de sine la persoana a doua 210  
adunatul scamelor imaginare 125-127  
afaceri prea bune pentru a fi adevărate 64  
afecțiune neîmpărtășită 224-226  
afirmații  
și consecvența 67-68  
și contextul 87  
afirmații sub formă de întrebări 207  
agresivitate  
în comentarii 68  
în tonul vocii 186-187  
animale 38-42  
Aniston, Jennifer, scărpinarea nasului 157  
Anthony  
Casey 61  
Cindy 61  
Anthony, Marc, comportament autoritar 223-224  
apatia catatonică și trădarea 28

aplecare înainte 102-103  
arătat acuzator cu degetul 130-132  
Arias, Jodi 103  
vocea mieroasă 190  
Armstrong Lance 33, 59  
acoperirea gurii 117-119  
adresarea față de sine la persoana a treia 210  
buza superioară și transpirația 95  
buzele lipite strâns 170  
caracteristicile respirației 90  
contactul vizual 140  
inventarea de scuze 209  
înghițitul cu dificultate 115  
învinuirea altuia 198  
limbajul trupului 116  
maxilarul încleștat 174-175  
mâinile făcute căuș 134  
mișcările capului 107-108  
nivelul de referință 88  
ochii mari, plini de uimire 148-149  
poziția capului 109-110  
poziția palmelor 128-129  
privirea insistentă 147  
privirea îngustată 154  
schimbările la nivelul pielii 93  
tonul vocii 184  
zâmbetul fals 161  
ascundere a brațelor 132-134  
atingere a gâtului 111-113  
atitudine conflictuală 203-204

atitudine defensivă 203-204

și privirea insistentă 146

autoprotecție 121-122

## B

bâlbâială 193

bebelușii și minciuna 43-44

bidirecționalitate a conversației 70

bolboroseală 193

Bonds, Barry 97

poziția umerilor 99

Brand, Russell, atracție fizică 222

Brawley, Tawana 34

Brown, Chris

afecțiunea față de Rihanna 225-226

mișcările capului 96

postura corpului 96

Bundy, Ted 227

atacul verbal 230

rana simulată 235

Bush, George W., caracteristicile discursului 196-197

buza superioară și transpirația 94

buze

mișcarea într-o parte a 165-168

mușcarea 165-166, 170

țuguiate 169

umezirea 159-160

## C

cadența și ritmul vorbirii 190-194

cadență intermitentă în vorbire 192  
cadență sacadată în vorbire 192  
cap  
aplecat în față 108-109  
aplecat într-o parte 109-111  
dat pe spate 106-108  
înclinat într-o parte 109-111  
schimbările poziției 106-115  
caracteristici ale discursului psihopaților 228  
caracteristicile respirației și înșelătoria 90  
Carey, Mariah 105  
mișcările umerilor 123  
Carr, Judy Feld 62  
catfish 73  
catfishing 77-79, 81-82  
și Manti Te'o 80-81  
cele zece porunci și minciuna 21  
circulația sangvină crescută 94  
ciudățenie a numelor 73-74  
Clinton, Bill 60  
buzele lipite strâns 169  
degetul arătător ridicat cu furie 130-131  
indignarea prezumțioasă 201  
mușcarea buzelor 170  
privirea furioasă 148  
și transpirația 94  
clipitul rapid din pleoape 150-151  
comentarii autodenigratoare 71  
comentarii ostile 68  
complimente 199-200

comportament autoritar 223-224  
comportament înșelător  
și delfinii 40  
și elefanții 40  
conceptul de sinceritate 47  
condiționări  
emoționale negative 48  
fizice negative 48  
consecvență a afirmațiilor 67  
contact vizual  
evitarea 139-140, 142  
întreruperea 139  
lipsa 86  
context al acțiunilor 87-88  
contextul și instinctele 85-88  
conținut al discursului 195-212  
conversație bidirecțională 73  
copii  
și frecatul ochilor 151  
și vârfurile picioarelor îndreptate spre interior 137  
copiii mici și minciuna 44-45  
creare a unei imagini favorabile 57-59  
credințe iudeo-creștine 22  
crime pasionale 28-31  
Crist, Harry, Jr. 34  
Cruise, Tom, poziția picioarelor 136-137, 219-220  
cuvinte care solicită confirmare 199-200  
cuvinte de umplutură 199  
cuvinte fără noimă 152  
cuvinte în exces 195-197

cuvinte lipsite de valoare 199  
cuvintele și limbajul trupului 115-116

## D

Dahmer, Jeffrey 231  
declarații incompatibile cu expresiile faciale 205-206  
deget ridicat acuzator 130-131  
cu furie 95  
degete de porumbel 136  
și copiii 137  
degetele și bătaia pe o anumită suprafață 125-127  
delfinii și comportamentul înșelător 40  
depresia și trădarea 28  
detalii excesive 69-70  
detașare 210-211  
Dietz, Park 230  
digresiuni în exces 195-197  
dilatate a nărilor 158  
discordanțe în spunerea adevărului 203  
discutare a eșecurilor 59  
discuții de natură sexuală 74-75  
distragere a atenției de la adevăr 198  
doctrinile religioase și minciuna 21  
dregere constantă a glasului 186

## E

Edwards, John 32-33, 61-62  
aplecarea spre înainte 103  
clipitul rapid din pleoape 151  
contactul vizual 143

gesturile mâinilor 119  
mișcarea buzei într-o parte 167  
poziția corpului 97-98  
schimbările la nivelul pielii 92-93  
zâmbetul fals 162-163  
egocentrism 72  
elefanții și comportamentul înșelător 40  
emoții  
și condiționarea 42  
și sistemul limbic 178-179  
escrocii și Internetul 67-68  
evitare a contragerilor 201  
evitare a respingerii 57-59  
evitarea contactului vizual și înșelătoria 139-140  
exagerare a experiențelor proprii 58  
exagerare a realizărilor proprii 59  
expresii faciale 87  
ale cimpanzeilor 39-40  
incompatibile cu declarațiile 205-206

## F

față  
expresiile 87  
expresiile faciale ale psihopaților 233-234  
limbaj al 138-177  
și transpirația 94  
figurile autoritare și stabilirea limitelor 49  
flirt 54  
fotografii mincinoase 76  
frângere a mâinilor 125-127

frecare a ochilor 151-152  
Frey, Amber 103, 184  
frica și clipitul rapid din pleoape 151  
frunte încrêțită 155  
furia și trădarea 28  
furie  
și indignarea prezumțioasă 176  
și tonul vocii 185  
și vocea ascuțită 179

## G

gât acoperit 111-113  
gât uscat 114  
gelozie 37  
Ginyard, Darryl 35  
glandele salivare și sistemul nervos autonom 159  
greșeli de gramatică 72-73  
greșeli de ortografie 72-73  
guler lărgit 113-114  
gură  
acoperirea 117-119  
schimbările de la nivelul 159-170  
uscată 159-160

## H

Harris, Clara 29  
Harris, David 29  
Heene, Falcon 118  
Heene, Mayumi, gesturile cu mâna 127  
Heene, Richard

folosirea cuvintelor de umplură 199  
indignarea prezumțioasă 176, 204  
poziția maxilarului 172  
scărpinarea nasului 156  
tonul agresiv 187  
tonul înflăcărat 191  
Holmes, Katie, poziția picioarelor 136-137, 219-220  
Humphries, Kris 217-218  
Hunter, Rielle 33, 62, 103, 151, 162

## I

incompatibilitate între expresiile faciale și declarații 205-206  
indicii verbale 195  
indignare prezumțioasă 176-177, 205  
informații în exces 195-197  
instinctele și contextul 85-88  
intenție de a vorbi lent 193-194  
Internetul și escrocii 68  
Internetul și întâlnirile 64  
Internetul și mincinoșii 64  
inventare de scuze 209  
iubire pe Internet 66

## Î

îmbujorare 92  
înălțime a vocii 178-180  
ascuțită 179  
gravă 180  
încrețire a frunții 155  
încrucișare a brațelor 121

înșelătorie  
și bebelușii 43  
și caracteristicile respirației 90  
și evitarea contactului vizual 140-141  
și mușcarea buzelor 166  
întâlniri pe Internet 64  
întrebări  
repetate 70-71  
și afirmațiile cu intonație ascendentă 207  
învinuirea altuia 198

## J

Jolie, Angelina, poziția mâinilor 132  
Jones, Star 26

## K

Kardashian, Kim 217-218  
Kuklinski, Richard 230-231  
Kutcher, Ashton 215

## L

lăcomie 37  
lărgire a gulerului 113-114  
lentoare a mișcărilor 85-86  
limbajul trupului în relațiile amoroase 213-226  
limitele și figurile autoritare 49  
lingușiri 200-201  
lipire strânsă a buzelor 171  
lipsă de astâmpăr 104  
Lohan, Dina 28

Lohan, Lindsay 28  
mișcarea mâinilor 125-126  
mișcarea ochilor 149  
poziția maxilarului 173  
poziția palmelor 129  
tonul plângăcios 188  
Lopez, Jennifer, și comportamentul autoritar al lui Marc Anthony față de  
    aceasta 223  
lungime exagerată a pauzelor în vorbire 207

## M

Madoff, Bernard 29  
complimentele 201  
contactul vizual 141-142  
expresia facială 205-206  
privirea insistentă 144-145  
volumul vorbirii 181, 183  
zâmbetul fals 164  
Manson, Charles, învinuirea celorlalți 229-230  
maxilar căzut 172-174  
maxilar încleștat 174-175  
maxilar proeminent 171-172  
mărul lui Adam  
    și acoperirea acestuia 121  
    și sistemul nervos autonom 114-115  
mâini  
    ascunderea 132-134  
    făcute căuș 134-135  
    frecate 125-127  
    mâinile și brațele, schimbările la nivelul lor 116-135

mână

adunatul scamelor imaginare 125-127

aranjarea aspectului 125-127

bătaia din 125-127

frângerea 125-127

frecarea 125-127

mâncărimile supărătoare și scărpinatul 123-124

mers înaintea partenerului 215-216

Minaj, Nicki 105

mișcările ochilor 152

mișcările umerilor 122

mincinoși celebri 26-28

mincinoșii și Internetul 64-82

minciuna ca etapă a dezvoltării 37

minciună cu privire la greutate 64

minciună cu privire la înălțime 64

minciuni cu privire la ocupație 64

minciună cu privire la statutul social 64

minciună cu privire la vârstă 57-58, 64

minciuni nevinovate, definiție 26

mișcare de retragere 101

mișcare și poziționare a maxilarului 171-175

mișcarea ochilor și gândurile 139

mișcări lente 85-86

Moore, Demi 215

motivare a celorlalți 62-63

mușcare a degetelor 116

N

narcisism 72

nas, mișcări și gesturi 156-158  
nări dilatate 158  
neîncrederea și privirea îngustată 153  
neliniște  
și modul de eliberare a acesteia 125  
și râsul nervos 194  
nervozitatea și tonul vocii 185  
nivel de referință 88, 138-139  
Nixon, Richard, mișcarea ochilor 152  
nod în gât 114-115  
nume ciudate 73-74

## O

obraznicie 68-69  
ochi frecați 151-152  
ochi plini de uimire 148-150  
onestitate  
cuvinte și expresii 199-200  
și limbajul feței 139

## P

Pacino, Al, postura cu mâna acoperindu-i gâtul 113  
Pagones, Steven 34  
Pattinson, Robert 27  
pauze prea lungi 207  
părțile vulnerabile ale corpului și acoperirea lor 119-121  
pedeapsa și evitarea ei prin minciună 59-60  
pedeapsa și transformarea copiilor în mincinoși 48  
Perry, Katy, atracție fizică 221-222  
Perry, Richard 77-78

persoana a treia și adresarea față de sine 210  
persoane doritoare de atenție 66  
Peterson, Drew 103  
contactul vizual 145-146  
dregerea glasului 185  
limbajul trupului 233  
poziția capului 109  
poziția rigidă 104  
tonul vocii 184  
Peterson, Scott  
mișcările capului 106  
poziția corpului 103  
tonul vocii 184  
Pitt, Brad, poziția mâinilor 132-133  
plânsul și tonul vocii 187-188  
porunca a noua, semnificație 21  
porunca a șaptea, semnificație 21  
povești lacrimogene 67  
poziție a picioarelor 135-137, 219-221  
importanța 133  
poziție catatonică 104  
poziție rigidă a corpului 104  
poziții ale palmelor 128-129  
preșcolarii și minciuna 45-46  
privire aspră 147-148  
privire insistentă 144-146  
privire îngustată 153-155  
privire schimbătoare 152-153  
problemele personale și contactul vizual 140  
producția de salivă și minciuna 114

profiluri false pe Internet 70  
propriul trup și schimbările fizice bruște 85-86  
protejare a altor persoane 61-62  
psihopați 227-235  
și detașarea psihologică 228  
tonul vocii 189

## R

rapiditate a clipitului din pleoape 150-151  
răgușire în tonul vocii 184  
rănire a sentimentelor celorlalți 52-53  
răspunsuri evazive 202  
răspunsuri scurte 70-71  
răutate 37  
râs nervos 194  
reacție „luptă sau fugi” 104  
recurgere la minciună din motive ascunse 54-55  
recurgere la minciună pentru supraviețuire 56-57  
Reddy, Vasudevi 43  
reducere a volumului în timpul vorbirii 183  
repetare a întrebării 202  
Ressam, Ahmet, transpirația facială 95  
rețele de socializare 58  
rigiditate a poziției corpului 96  
Rihanna 96, 108  
afecțiunea pentru Chris Brown 225-226  
Rimes, LeAnn 27  
ritm al vorbirii 178-194  
ritmul și cadența vorbirii 190-194  
rosul unghiilor și mușcarea degetelor 116

## S

Sandusky, Jerry

pauzele stânjenitoare 207

poziția corpului 98

zâmbetul fals 164-165

sarcasm 68-69

scame imaginare adunate cu mâna 125-127

scărpinatul gâtului 113-114

scărpinatul și mâncărimile supărătoare 123-124

schimbare a direcției privirii 152-153

schimbări ale posturii corpului 96-106

schimbări de respirație 89-92

schimbări fizice bruște ale propriului trup 86

schimbări la nivelul mâinilor și brațelor 116-135

schimbări la nivelul pielii 92

Schulman, Nev 73, 78

Schwarzenegger, Arnold 168

zâmbetul fals 216

semnificație a ostilității 131

sentimente

pentru a câștiga simpatia 54-55

pentru a evita rănirea celorlalți 52-53

sexul și terminologia 74

Sickles, Daniel 29

Simpson, O.J. 59

adresarea față de sine la persoana a doua 210

caracteristicile discursului 196

caracteristicile respirației 91

degetul arătat acuzator 131

gura uscată 160

indignarea prezumțioasă 176  
lărgirea gulerului 114  
mâncărimile supărătoare 124  
mișcările capului 107  
poziția capului 111  
poziția corpului 100  
poziția maxilarului 171-172, 174  
privirea îngustată 154  
sprâncenele ridicate 155  
volumul vorbirii 182  
sine  
autoconservarea 55-57  
exprimarea indignării îndreptățite 154  
pierderea încrederii în 98-99  
și comentariile autodenigratoare 71  
sistem limbic  
simboluri ale minciunii și 115  
și emoțiile 178-179  
și mișcările oculare 139  
sistem nervos autonom 94, 104, 113  
și mărul lui Adam 114  
și nasul 156  
și salivația 159  
situație financiară  
interesul excesiv pentru 71-72  
minciuna cu privire la 64  
slugărnicie 200-201  
Smith, Susan, mișcarea buzelor într-o parte 232  
sociopați 227-234  
tonul vocii 187-188

sprâncene ridicate 155  
Stewart, Kristen 27  
strănut 157-158  
strângere de mână umedă și lipicioasă 85  
stresul și clipitul rapid din pleoape 150-151  
stridență a tonului vocii 183-184  
supraveghere a adolescenților 49  
suspiciunea și privirea îngustată 153

## Ș

șantaj emoțional 75  
școlarii și minciuna 47-48

## T

Talmud, referințe cu privire la minciună 22  
Te'o, Manti 59  
catfishing 81  
contactul vizual 141  
schimbarea posturii corpului 97  
terminologie de natură sexuală 74  
timpuri verbale folosite incorect 202  
ton 178-194  
ton al vocii  
micos 189-190  
plângăcios 187  
răgușit 183-184  
strident 183-184  
tremurat 185  
tonurile vocii și psihopatii 231  
tragere de gulerul cămășii 113-114

transformare a copilului în mincinos patologic 47-48

transpirație 74

a feței 74

deasupra buzei superioare 94

prezența 92

trădare 28-31

în afaceri 30

Twain, Mark 50

## U

uimire în ochi 148-150

umăr ridicat cu indiferență 121

umeri lăsați 97

umeri ridicați cu nepăsare 99-100

umezire a buzelor 159-160

unghii roase 116

uscare a gurii 159-160

## V

vârfurile picioarelor îndreptate spre interior 135

Vechiul Testament, referințe cu privire la minciună 21

voce ascuțită 179

voce gravă 179

voce microasă 189-190

voce monotonă 188-189

voce tremurândă 185

vocea agresivă și tonul 186-187

volum al vorbirii 178-194

volum ridicat al vocii 181-182

volum scăzut al vocii 180-181

vorbire  
înflăcărarea în 190-192  
lentă intenționată 193-194  
rapidă 190-192  
vorbitori rapizi 190  
vulnerabilitatea și încrucișarea brațelor 120-121

## X

Woods, Tiger  
afecțiunea față de Elin Nordegren 224  
buzele lipite strâns 169  
contactul vizual 142  
gesturile mâinilor 120-121  
mișcările capului 108  
vocea monotonă 189  
Wuornos, Aileen, învinuirea altuia 198, 229

## Y

Young, Andrew Aldridge 61

## Z

zâmbet  
falsitatea 161-165  
nepotrivit 168-169  
zâmbet fals 93, 161-165  
al teroriștilor 168

1. Numărul paginilor se referă la ediția tipărită a cărții și la ediția digitală în format PDF.